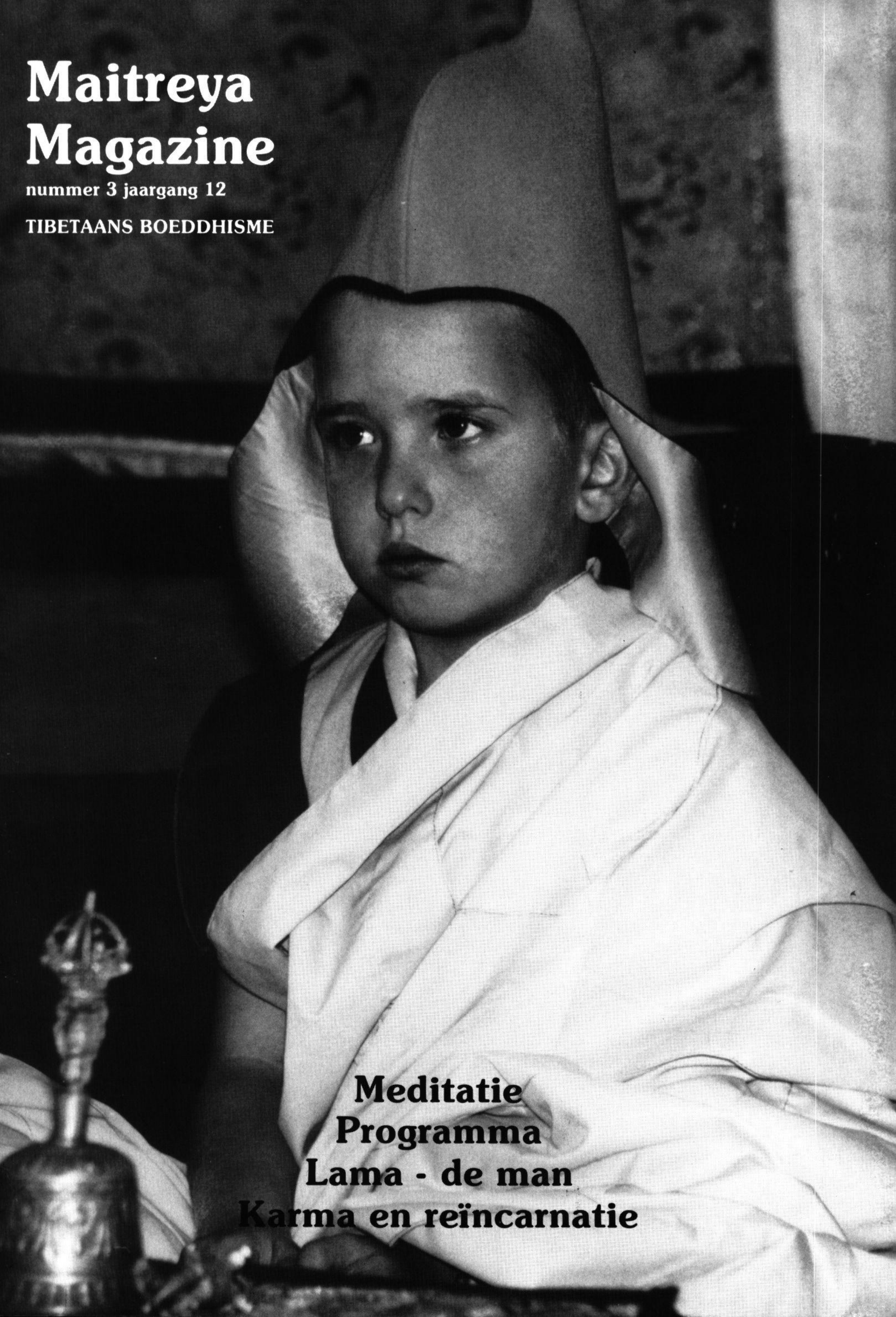
Maitreya Magazine

nummer 3 jaargang 12

TIBETAANS BOEDDHISME



Meditatie
Programma
Lama - de man
Karma en reïncarnatie

Maitreya Instituut

MEMBER OF THE F.P.M.T.

(foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition)

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak. Het centrum is 's maandags gesloten, bel ons dus niet op maandag.

MAITREYA MAGAZINE
Nummer 3/Jaargang 12
September, oktober, november 1990

VERSCHIJNING
Tenminste 1× per kwartaal.

UITGAVE
Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450

REDAKTIE EN VERTAALTEAM
Gelong Thubten Tsépel
Gelong Jampel Pharchin
Margot Kool-Stumpel
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Edward Theunissen
Lucienne v.d. Ende

EIND- EN FOTOREDAKTIE
Jan-Paul Kool

VORMGEVING
Jan-Paul Kool

ILLUSTRATIES
O.a. Andy Weber

DRUK
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Stichting Maitreya Instituut 1990c.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

ABONNEMENTEN
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar.
Het abonnement gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd.
De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *ƒ* 25,— per jaar.
Losse nummers *ƒ* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN
Voor abonnementen, kursusgelden, donaties en rekeningen: Postbank: nr. 4305057 t.n.v. Stichting Maitreya Instituut te Emst.
Bank: N.M.B. Beneden Leeuwen, rekn.nr.: 65.85.11.548.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

TELEFOON 05787-1450
Het kantoor van het instituut is telefonisch bereikbaar van 10.00-12.30 uur en van 14.00-17.00 uur. Op andere tijden of als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken in ons antwoordapparaat. 's Maandags gesloten.

DAGELIJKS BESTUUR STICHTING MAITREYA INSTITUUT

Voorzitter
Paula de Wijs-Koolkin
a.b. De Zwaan
Ouderkerkerdijk 40
1096 CS Amsterdam

Secretaris
Margot Kool-Stumpel
Laarstraat 27
8166 GR Emst

Penningmeester en manager
Jan-Paul Kool
Laarstraat 27
8166 GR Emst

DOELSTELLING
De stichting stelt zich tot doel:
Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.m.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

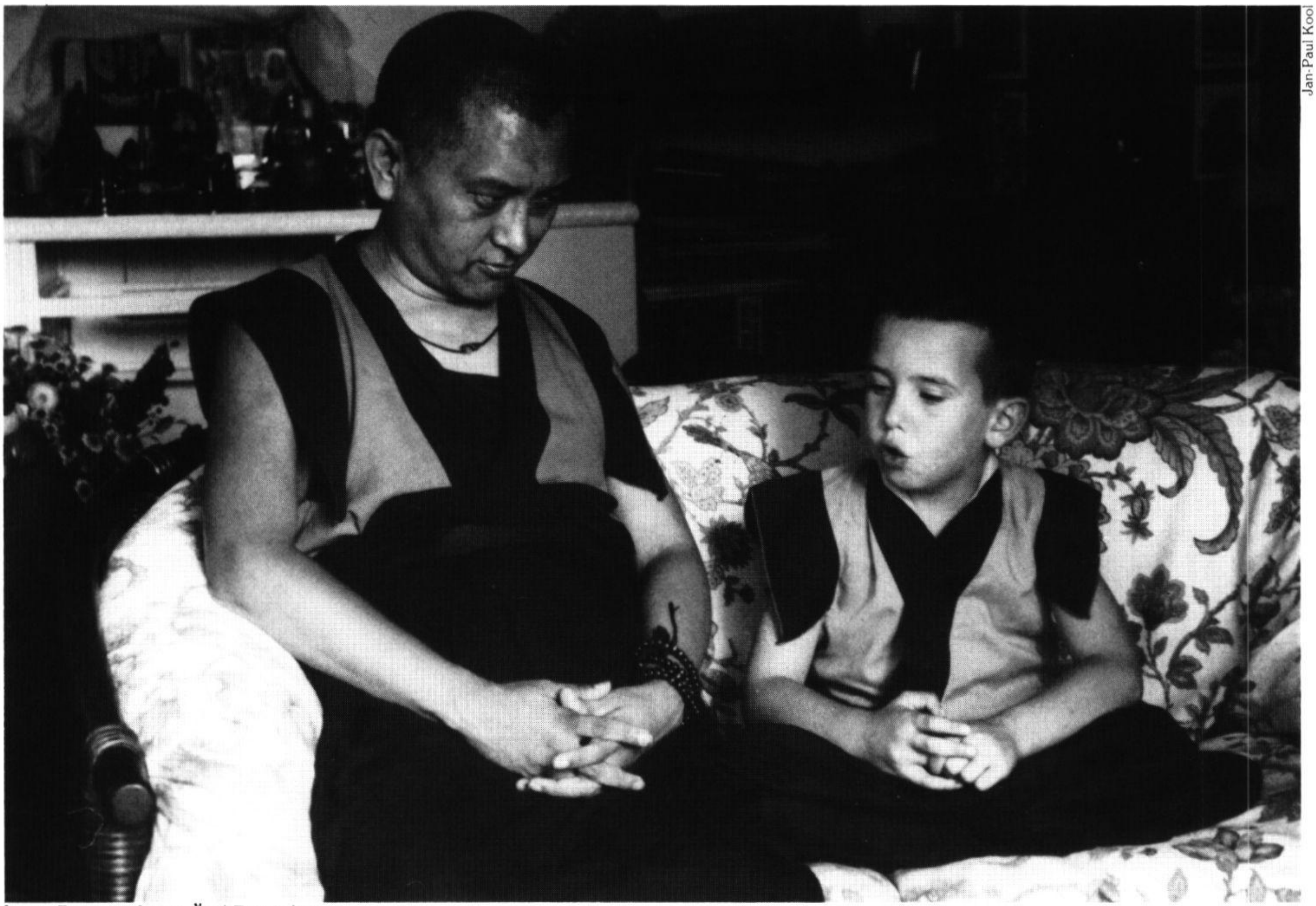
***ƒ* 300,– KORTING-DONATEUR 1990**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *ƒ* 300,— KORTING-DONATEUR 1990 te worden voor *ƒ* 25,— per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze postbankrekening nr.: 4651510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan 2× per jaar het Engelstalige blad Mandala en 4× per jaar Mandala nieuwsbrieven. Verder krijgt u **20% korting** op boeken, kaarten, posters en wierook **in onze winkel** (ook voor telefonische bestellingen) en **10% korting** op **alle kursussen** in het Maitreya Instituut. En u bent automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 52 aangesloten centra in de hele wereld. Let op! Hierbij is geen abonnement op het Maitreya Magazine inbegrepen.

***ƒ* 100,– MAITREYA MAGAZINE ABONNEE 1990 & FPMT-LID 1990**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *ƒ* 100,— Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4× per jaar het Maitreya Magazine en eventuele nieuwsbrieven en 2× het Engelstalige Mandala en 4 nieuwsbrieven per jaar.

DONATEUR GESHE AKTIE
Voor het verblijf en onderhoud en voor de komst van Geshe Konchog Lhundup en zijn vertaler naar Nederland is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze aktie storten een maandelijks bedrag van minimaal *ƒ* 10,— voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe aktie, en ontvangen 20% korting op kursussen gegeven door Geshela. De donateurs worden regelmatig op de hoogte gehouden van de aktie.

LEENFONDS
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *ƒ* 2500,— storten op rekeningnr.: 68.15.69.506 van de N.M.B.-Bank te Beneden Leeuwen t.n.v. Stichting Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

VOORPLAAT
Foto: Jan-Paul Kool



Jan-Paul Kool

Lama Zopa- en Lama Ösel Rinpochee

Leidraad

In deze aflevering van het Maitreya Magazine vindt u de neerslag van het drukke programma van de afgelopen tijd met als hoogtepunt de Europese Lam Rim kursus door Lama Zopa Rinpochee waar in het artikel 'Het gebeurt in het westen' aandacht aan wordt geschonken.

Maar eerst een stuk van Zijne Heiligheid de Dalai Lama, 'Meditatie', die tussen 7 en 11 september een kort bezoek bracht aan ons land. Hij opende de manifestatie Art meets Science en Spirituality in a changing economy waarover Gelong Thubten Tsépèl een stukje schreef.

De Dalai Lama gaf op zondag 9 september een fantastische lezing in de Rai congreszaal die door een enthousiast publiek van bijna tweeduizend mensen werd bezocht. Na een ontmoeting met mensen die zich al vele jaren inzetten binnen talijke organisaties die zich bezighouden met Tibet en de Tibetaanse cultuur en religie, verscheen de Dalai Lama in Nos-Laat en nam hij deel aan een panel discussie van Art meets... In 'Uit de pers' vindt u enige van de merendeels positieve krantenberichten die gewijd werden aan het bezoek van Zijne Heiligheid aan ons land.

Tijdens een persconferentie presenteerde de Dalai Lama zijn nieuwe autobiografie, een Nederlandse primeur voor uitgeverij Karnak, waarvan u hier een boekbespreking aantreft evenals van het nieuwe boek 'Problemen oplossen', door Lama Zopa Rinpochee.

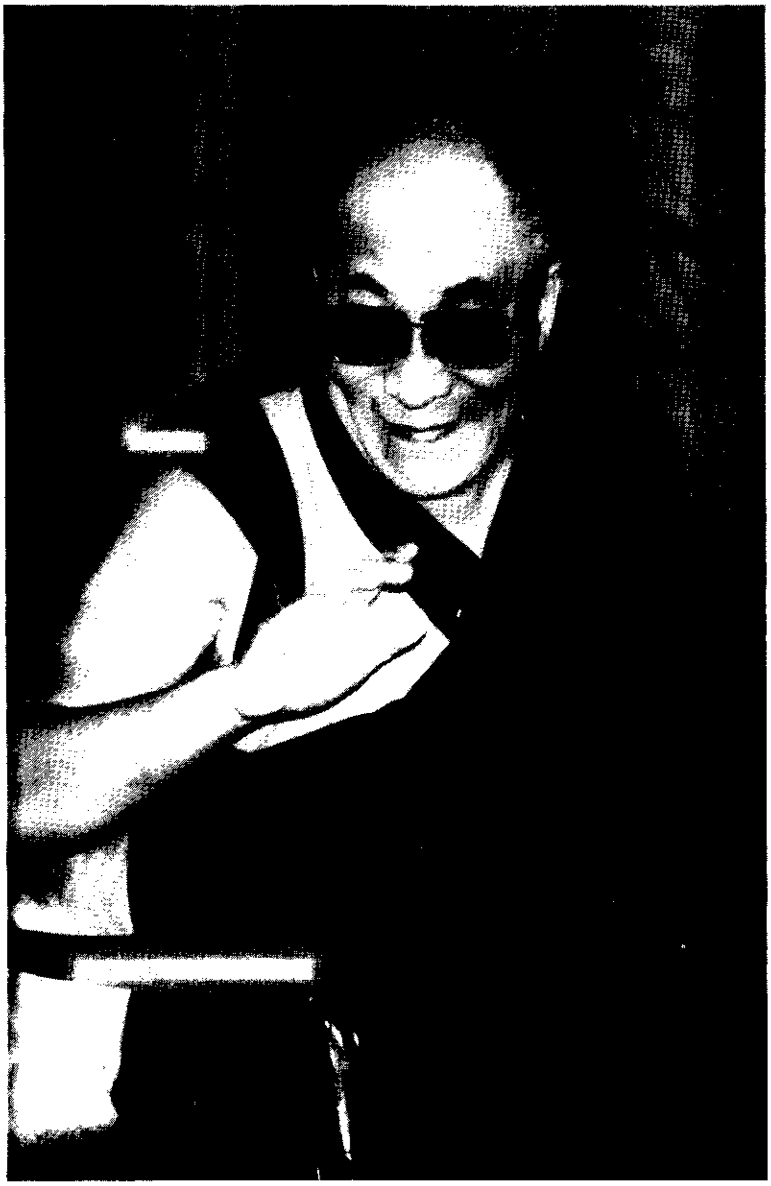
In het artikel 'Lama - de man', leest u meer over het leven van Lama Yeshe, die in zijn nieuwe vorm als Lama Ösel Rinpochee aanwezig was tijdens het einde van de Lam Rim kursus en gedurende de initiatie-week.

Het hoofdartikel 'Karma en reïncarnatie' is tot stand gekomen naar aanleiding van een lezing door Sangra Djampa Rinpochee in Den Haag.

Verder treft u nog aan 'Gedichten' van Nelle Honig, het artikel 'Toevlucht' van Dik Bakker, het 'Tibet-huis' (een initiatief van de Stichting Ontmoeting met Tibetaanse Cultuur) en de korte 'Lofzang aan 21 Tara's'.

Tot besluit bieden wij u ons programma aan binnen en buiten het Maitreya Centrum, waar u alle mogelijkheden voor uw geestelijke ontwikkeling kunt vinden aan de voeten van gekwalificeerde leraren.

De redaktie


Jan-Paul Kool

Meditatie

ADVIES VAN ZIJNE HEILIGHEID DE DALAI LAMA

Wij hadden gehoopt op deze plaats een vertaling van de fantastische lezing van Z.H. de Dalai Lama in de Rai op 9 september te kunnen plaatsen, maar dit bleek niet mogelijk zolang het transcript niet is nagekeken door de secretaris van Z.H. En de Dalai Lama heeft het druk. Na zijn korte bezoek aan ons land reisde hij via Londen door naar de Verenigde Staten. Toch meenden wij u hier iets van Z.H. de Dalai Lama's wijze lessen mee te moeten geven in de vorm van dit praktische artikel over meditatie.
(redaktie)

Tijdens zijn bezoek aan Engeland in april 1988 werd Zijne Heiligheid de Dalai Lama uitgenodigd te spreken in het Hogerhuis te Westminster. Daar, in een commitee-kamer en met tussenpozen onderbroken door de bel die oproept voor een stemming, sprak hij een groep parlementariërs en vrienden toe over het onderwerp meditatie.

Zijne Heiligheid werd geïntroduceerd door Lord Ennals, die hem beschreef als: "Een man waarvan ik geloof dat hij ontzettend bewonderd en gerespecteerd wordt, en niet alleen vanwege zijn positie die hij heeft in relatie tot Tibet maar vanwege zijn persoonlijkheid, zijn warmte, zijn vertrouwen, zijn overtuiging, zijn leiderschap... Eens zag ik U gewoon, als de Dalai Lama van Tibet. Nu zie ik U als een wereldleider, een wereldverschijning en een wereldinspirator."

Misschien kan ik iets zeggen over meditatie. Gewoonlijk wanneer we problemen tegenkomen, zijn er twee wegen open om deze te verminderen. De eerste is om de verstoring die door het probleem veroorzaakt wordt uit de weg te gaan. Bijvoorbeeld, als het weer goed is, kunnen we zo de lucht inkijken, met onze geest geabsorbeerd in oneindige ruimte en daar een tijdje in blijven rusten. Als alternatief kunnen we mediteren op de ademhaling. Door de ademhalingen te tellen: één, twee, drie tot éénentwintig ronden van (in- en uit-)ademing. Wanneer we geïrriteerd zijn of wanneer we onrustig worden als het resultaat van een verstoring, dan kan dit soort meditatie het effect reduceren en er voor zorgen dat onze geest lichtelijk kalmer of vrediger wordt. Dit is de eerste vorm van meditatie.

Een andere manier, die belangrijker is en dieper gaat, is wanneer je in plaats van het probleem uit de weg te gaan, je je geest toestaat erin door te dringen. Als je in deze manier van beoefening slaagt, dan kan de verstoring, ontstaan door dat probleem, werkelijk gereduceerd worden.

De eerste vorm van meditatie die ik hierboven beschreef is meer als een picnic: tijdens de werkweek ben je erg druk en in het weekend ga je er op uit; het betekent niet dat je je eigenlijke probleem of last verminderd maar dat je eenvoudig weg wat frisse lucht krijgt. In de tweede vorm van meditatie echter, analyseer je het probleem.

Algemeen gesproken, vanuit een boeddhistische zienswijze is de natuur van alles relatief. Wanneer er iets vreselijks gebeurt of er een probleem ontstaat, als we ons alleen maar daar op richten en niets anders zien dan dat probleem, dan wordt het erg groot en schijnt het buiten onze controle te zijn. Maar, wanneer we op dat moment een ander probleem, wat we eerder ervaren hebben, in onze herinnering brengen of iemand anders z'n lot en situatie, en dit vergelijken met onze huidige vervelende situatie, dan is het probleem waar we mee geconfronteerd worden geminimaliseeerd. Dit is één benadering.

Ieder object heeft verschillende aspecten. Neem bijvoorbeeld een persoon die we gewoonlijk benoemen als "mijn persoonlijke vijand", die regelmatig problemen voor ons creëert. Wanneer die persoon voor 100% negatief was, dan zou iedereen die hem ontmoette eenzelfde

Jan-Paul Kool

beeld van hem moeten krijgen. Maar dat is niet het geval. Zelfs de meest slechte persoon heeft ergens een vriend, in wiens ogen hij of zij erg aantrekkelijk verschijnt. Dus dit is relatief.

Hoe negatief iets ook lijkt te zijn, het is niet absoluut negatief. Dus probeer de verschillende aspecten van de persoon in herinnering te brengen of het object wat jouw probleem veroorzaakt. Als we alleen maar vanuit één gezichtshoek kijken, zal het verschijnen als iets totaal negatiefs en zullen we niet in staat zijn er enige vorm van verzoening mee te hebben. Kijkend vanuit verschillende invalshoeken, zullen we enkele positieve punten vinden en wanneer we ons dit herinneren, zal het ons helpen onze negatieve gevoelens ten opzichte van dat object te verminderen.

In de beoefening halen we iemand voor de geest die onze meeste problemen veroorzaakt en plaatsen hem of haar voor ons. Daar proberen we hem of haar vanuit verschillende gezichtspunten te (be-)zien, waardoor we herkennen dat ze niet compleet negatief zijn. Als we die waarheid realiseren zal dit helpen onze irritatie te verminderen.

Een andere vorm van meditatie is gebaseerd op het feit dat je om meer geduld te ontwikkelen, een diep en oprecht respect dient te proberen te ontwikkelen ten aanzien van je "vijand". Het is moeilijk maar kan bereikt worden. Natuurlijk heb je voor deze beoefening meer tijd nodig en dien je meer logische analyses te gebruiken denkend vanuit verschillende gezichtspunten. Wanneer je uiteindelijk deze vorm van aanschouwen of deze manier van denken ontwikkeld hebt, is dit een goede hulp. Het betekent niet dat je voor je vijand neerbuigt. Wanneer de omstandigheden tegenmaatregelen noodzakelijk maken, dien je deze ook - en heel krachtig - maar zonder woede- of haat-gevoelens te nemen. Dit is niet gemakkelijk, maar van belang voor het ontwikkelen van oprecht mededogen en liefde. Wanneer we spreken over oprechte liefde en vriendelijkheid betekent dit respect of een gevoel van verbondenheid met een persoon, die niet afhankelijk is van specifieke condities.

Niet omdat deze man of vrouw een heel aardig persoon is, erg zachtaardig of erg mooi, maar omdat net als wijzelf, hij of zij geluk wenst en niet wil lijden. Hij of zij heeft elk recht om gelukkig te zijn en ieder recht om van lijden af te komen.

Wanneer je eenmaal respect of een oprecht gevoel op die basis hebt ontwikkeld, dan is dat een erg zuivere liefde, een soort van liefde en vriendelijkheid die niet zal veranderen ook niet wanneer die persoon zich verkeerd gedraagt, omdat je je bewust bent dat ze altijd datzelfde menselijke wezen zijn.

Om deze vorm van mededogen en liefde te ontwikkelen is tolerantie en geduld noodzakelijk. Dit zijn kwaliteiten die van vitaal belang zijn voor zo'n ontwikkeling, die mentale training.

En om tolerantie en geduld werkelijk te kunnen beoefenen, heb je iemand nodig die problemen voor jou veroorzaakt. Dat geeft echt de mogelijkheid om tolerantie en geduld te beoefenen en in feite is het misschien wel de enige mogelijkheid die je hebt om te experimenteren met je eigen tolerantie en innerlijke kracht. Vanuit dat standpunt bezien of je nu de bedoeling had om er zelf baat bij te hebben of niet, deze manier van training helpt inderdaad en komt je ten goede.

In de beoefening, visualiseer je je vijand, dit alles overdenkend, wetend dat het uiteindelijk zal leiden tot een ontwikkeling met een dieper begrip of een diepere realisatie. Dit is een erg belangrijke en nuttige beoefening.

Dan, is er een andere vorm van meditatie, welke in sommige gevallen bruikbaar en noodzakelijk is, wanneer je bijvoorbeeld problemen hebt met slapeloosheid. Je zou het een "meditatie-slaap-pil" kunnen noemen! Als het je niet erg lukt om in slaap te komen, denk dan dat er in je hartcentrum een licht is, maar geen erg helder licht en concentreer je hierop. Soms werkt het en soms ook niet, alles afhankelijk van je eigen ervaring en de kracht van je meditatie. Wanneer je eenmaal een krachtige één-puntige concentratie ontwikkeld hebt, dan zal het mediteren op een licht in je hartcentrum er toe bijdragen dat je een diepe slaap hebt. Een concentratie op een licht ter hoogte van je keel geeft heldere dromen.

Jan-Paul Kool

Overdag wanneer je werkt en bezig bent met je leven en wanneer je je dan loom voelt, concentreer en mediteer dan op een helder licht ter hoogte van je voorhoofd en in deze situatie op een erg helder licht, wat zal helpen om die loomheid te verminderen.

Dit zijn vormen van meditatie die iedereen kan aanwenden en beoefenen, want ze volgen géén speciale filosofie of religieuze traditie, noch maakt het iets uit of je nu "gelovig" bent of niet.

Vertaling Engels-Nederlands: Gelong Jampel Parchin
Uit: Tibet Foundation

Karma en reïncarnatie

LEZING DOOR DE EERWAARDE SANGRA JAMPA RINPOCHEE GEHOUDEN OP 5 JUNI 1990 IN DEN HAAG.

Als we iets positiefs ondernemen, zeker als dit betrekking heeft op onze geestelijke ontwikkeling, is het heel belangrijk dat we daarvoor een goede motivatie opwekken. Wat verstaan we onder een goede motivatie? Een goede motivatie is iets met een ruimere zienswijze, dus een motivatie die niet alleen betrekking heeft op dit ene korte mensenleven. Dus onze motivatie moet minstens zo ruim zijn dat we ons gaan bezig houden met geestelijke ontwikkeling met de bedoeling om een goede wedergeboorte te krijgen en in een volgend leven niet het lijden van een lagere wedergeboorte te hoeven ervaren en met dat doel ons geestelijk ontwikkelen. Maar zelfs als we onze blik verruimen naar volgende levens en ons gaan ontwikkelen met het doel een goede wedergeboorte te krijgen dan blijven we met het feit zitten dat zelfs in een goede wedergeboorte er nog veel frustraties en veel ongemakken ervaren moeten worden, want zelfs in een mensenleven blijft nog veel te wensen over, nietwaar.

Daarom is het beter je blik nog verder te verruimen en te streven naar het hoogste niveau van evolutie, de staat van boeddhaschap, verlichting wordt het ook wel genoemd. Want het is heel goed mogelijk bewust te streven naar het bereiken van het hoogste niveau van evolutie, omdat we in onszelf al de mogelijkheden aanwezig hebben om die verlichting te bereiken. In onszelf hebben we al datgene wat nodig is om het hoogste niveau te kunnen bereiken. Dus een goede motivatie voor geestelijke ontwikkeling is je blik zo ver mogelijk verruimen, zelfs te streven naar het hoogste niveau van evolutie en met dat doel, voor het bereiken van het boeddhaschap, bijvoorbeeld dit artikel te lezen. Nadat je beseft dat we streven naar het hoogste niveau van evolutie, de staat van boeddhaschap, gaan we kijken wat is dan de manier om dat boeddhaschap te bereiken. Wel, dat boeddhaschap is gebaseerd op twee oorzaken, enerzijds de altruïstische motivatie van de verlichtingsgeest en anderzijds de wijsheid van zelfloosheid.

DE VERLICHTINGSGEEST

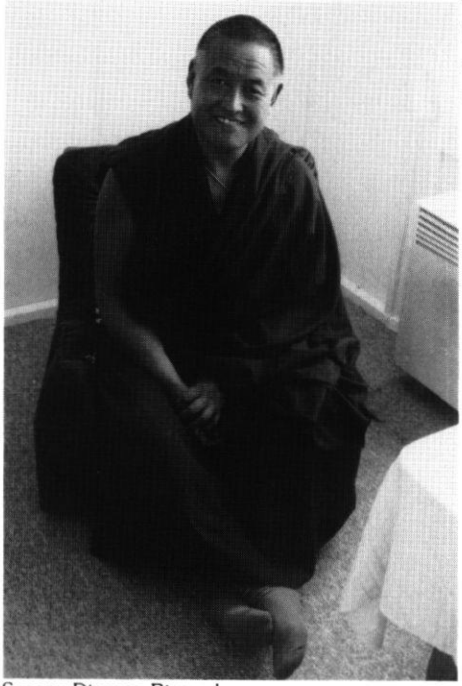
Allereerst dus wat betreft de altruïstische motivatie die we verlichtingsgeest noemen. Die altruïstische motivatie van de verlichtingsgeest is eigenlijk precies het besluit dat je het hoogste niveau van evolutie wilt bereiken, en wel zo snel mogelijk, om alle wezens van hun lijden te bevrijden. Om tot dat besluit te komen dat je het hoogste niveau van evolutie wilt bereiken en alle wezens van hun lijden wilt bevrijden, is het eerst belangrijk mededogen op te wekken voor al die wezens.

Wat is het mededogen, of zelfs het grote mededogen? Het grote mededogen is de wens dat alle wezens vrij zijn van lijden. De oprecht gevoelde wens dat alle lijden van alle wezens mag ophouden. Om werkelijk gevoeld te wensen dat het lijden van alle wezens op mag houden, moet je alle wezens als dierbaar beschouwen. Waarom zouden wij alle wezens als dierbaar beschouwen, wat is er waarom we al die wezens die we vaak niet eens kennen, als dierbaar beschouwen, zozeer zelfs dat we ons druk maken over hun welzijn? Als we onze blik verruimen en beseffen dat we al een groot aantal levens geleefd hebben, dan begrijpen we ook dat elk van die wezens die we doorgaans niet eens kennen, in ons vorig leven al eens een belangrijke persoon voor ons zijn geweest, ons hebben geholpen of wellicht zelfs onze vader of moeder of onze beste vriend of vriendin zijn geweest.

Om werkelijk te beseffen dat we met alle verschillende wezens die we doorgaans in dit leven niets eens herkennen al eens alle mogelijke relaties hebben gehad, dat die onze vader of moeder of beste vriend of vriendin zijn geweest, om daar werkelijk van overtuigd te zijn is het belangrijk te geloven in voorgaande levens.

Dus eigenlijk is het begrip reïncarnatie in het boeddhisme een sleutelbegrip.

Als we niet echt begrijpen hoe we van het ene leven naar het volgende verhuizen als het ware, begrijpen we ook niet hoe we vastzitten in een frustrerend cyclisch bestaan. En als we niet begrijpen


Jan-Paul Kool

Sangra Djampa Rinpochee

hoe we vastzitten in een frustrerend en gebrekkig bestaan dan zullen we ook niet de wens ontwikkelen om uit dat frustrerende bestaan te ontsnappen. En als we geen verlangen hebben naar bevrijding van dat frustrerende bestaan is er ook geen toevlucht; zoeken we niet een veilige richting om aan ons leven te geven en zullen we niet eens geïnteresseerd zijn in

Dus zo zien we dat in het boeddhisme een begrip van reïncarnatie onontbeerlijk is.

We moeten begrijpen wat met het begrip reïncarnatie bedoeld wordt om werkelijk het boeddhisme te kunnen begrijpen. De manier om tot inzicht te komen in reïncarnatie is door allereerst te gaan kijken naar voorgaande levens, naar het verleden dus. Wat er reïncarneert, wat er uit een vorig leven in dit leven gekomen is, is natuurlijk niet ons lichaam maar is onze bewustzijnsstroom - onze geest - onze opeenvolging van bewustzijnsmomenten is vanuit een vorig leven in dit leven gekomen. En wat wil nu deze redenering? Wel een bewustzijnsstroom, iets dat van nature geest is of bewustzijn kan niet een materiële oorzaak hebben. Geest kan alleen geest tot oorzaak hebben en aan het bewustzijn van dit leven kan dus alleen een ander bewustzijn als oorzaak ten grondslag liggen. Want ons bewustzijn in dit leven is niet begonnen op het moment van geboorte toen we de baarmoeder verlieten. Nee, ons bewustzijn van dit leven is begonnen bij de conceptie, op het moment waarop de eicel bevrucht werd in de baarmoeder. Dus als we terug gaan redeneren met onze geest, met onze eigen bewustzijnsstroom, dan kunnen we als het ware terugdenken in het verleden tot het moment waarop we onszelf in de baarmoe-

der van onze moeder bevonden, het moment waarop we aan het groeien waren in de baarmoeder. We kunnen, zeg maar, steeds teruggaan in de tijd tot we bij de situatie aankomen waar we zelf in de baarmoeder zaten, en als we dan nog verder in het verleden zoeken dan komen we tot het eerste moment van conceptie en als we kijken vanwaar het bewustzijn vandaan kwam op het moment van conceptie dan zien we dat het bewustzijn kwam uit een tussenstaat, een Bardo periode. En waar kwam dan dat bewustzijn in de Bardo, in de tussenstaat vandaan? Dat kwam uit een persoon die is overleden. En zo zien we dat we kunnen nagaan als het ware hoe ons bewustzijn van vandaag voortkomt uit het bewustzijn van gisteren, en dat helemaal terug herleiden tot het eerste moment van conceptie in de baarmoeder, en dan naar de tussenstaat, de Bardo-periode, en dan zien we dat het bewustzijn in die tussenstaat of Bardo is gekomen doordat we in een voorgaand leven gestorven zijn en het bewustzijn het gestorven lichaam heeft verlaten en in die Bardo terecht is gekomen.

We weten dat alles een oorzaak heeft. Er is niet zomaar bewustzijn zonder oorzaak. Bewustzijn heeft altijd een oorzaak. En omdat het bewustzijn een oorzaak heeft, wordt gezocht naar die oorzaak. Nou zijn er waarschijnlijk mensen die denken dat het bewustzijn van het nieuw geboren kind in de baarmoeder ofwel van de vader ofwel van de moeder afkomstig is. Dat zeg maar het kind in de baarmoeder het bewustzijn van de ouders krijgt, zoals het ook het lichaam van de ouders krijgt. Maar als dat zo zou zijn, dan zou het kind precies dezelfde neigingen en kwaliteiten moeten hebben als de ouders of toch in ieder geval één van de ouders en dat is juist niet zo, want we zien dat het kind qua geesteshouding meestal helemaal niet op de ouders lijkt. Er zijn ook mensen die menen; wel, het bewustzijn begint op het eerste moment van conceptie in de baarmoeder door een materiële oorzaak, het bewustzijn wordt veroorzaakt door het samenkomende sperma en ovum in de bevruchte eicel. Maar dat is natuurlijk ook niet zo, want er zijn heel veel situaties waarbij sperma en ovum bij elkaar komen maar er geen bevruchting plaatsvindt en er zijn ook heel veel andere vormen van leven die tot stand komen zonder dat daarbij een bevruchte eicel hoeft te bestaan. We weten bijvoorbeeld dat er heel veel leven geboren wordt door een combinatie van vocht en warmte en dan denken we met name aan micro-organismen. Dus het is heel moeilijk om een oorzaak te vinden voor het bewustzijn van de foetus anders dan een voorgaand moment van bewustzijn, wat dus zou wijzen naar een voorgaand leven.

Dan zijn er ook nog mensen die beweren dat het bewustzijn van een foetus een moleculaire oorzaak heeft, doordat er bepaalde moleculen wel of niet aanwezig zijn, de foetus wel of niet een kind wordt, dus wel of niet tot leven komt. Maar als je dan vraagt wat dan precies die atomen zijn die verantwoordelijk zijn voor de schepping of creatie van het bewustzijn in zo'n eicel dan weten ze het antwoord niet. Probeer zelf maar eens na te denken in deze trand van wat dan de oorzaak moet zijn van het bewustzijn wat ontstaat in de foetus, in de eerste levensperiode van een bevruchte eicel, waar moet dat bewustzijn vandaan komen?

DE WET VAN OORZAAK EN GEVOLG

Het boeddhisme wijst erop dat de oorzaak altijd dezelfde aard heeft als het produkt. Als we zoeken naar bewustzijn als een produkt dan moeten we de oorzaak ook in het bewustzijn zoeken. Materie komt voor uit materie, geest komt voort uit geest en rijstplantjes komen niet voort uit tulpenbollen. Dus we zien eigenlijk meteen al dat voor een goed begrip van reïncarnatie het ook belangrijk is goed te begrijpen hoe de wet van karma werkt. Hoe alles een concrete oorzaak heeft. Dus laten we eerst daar eens naar kijken, de wet van oorzaak en gevolg. Er zijn allemaal verschillende mensen, allemaal mensen met een verschillend karma. Er zijn ook mensen die waarschijnlijk rijk zijn of meer hebben, er zijn mensen die relatief gezien wat armer zijn, wat minder hebben, terwijl we toch gevoegelijk aan kunnen nemen dat iedereen zijn best doet om genoeg te hebben. Het is heel interessant om dit soort zaken te onderzoeken. Want je ziet eigenlijk ook mensen die heel weinig ondernemen om rijk te worden, maar die gewoon eigenlijk voortdurend alles in goud veranderen, overal waar ze komen vinden ze iets om zich materieel te verrijken, het gaat bijna vanzelf, ze hoeven er geen moeite voor te doen. Terwijl er andere mensen zijn die zich heel erg uitsloven om wat te verdienen, en die nog steeds niets hebben. En dan ga je je toch afvragen hoe dat komt.

Ook heel interessant is om dit te onderzoeken bij kinderen. Bijvoorbeeld we zien kinderen binnen één gezin zelfs, sommige kinderen zijn heel intelligent, heel slim, alles wat ze leren gaat eigenlijk vanzelf, ze hoeven er nauwelijks wat voor te doen en halen hele goede cijfers op school en studeren heel erg goed af enzovoort, en andere kinderen moeten heel hard blokken en doen misschien zelfs vreselijk hun best maar slagen er maar ternauwernood in om de schoolopleiding bij te houden. En dan vraag je je dus af, hoe komt dit nou, want we zien dit verschil in intelligentie al in de eerste levensjaren van de kinderen. Zo zijn er een heleboel interessante vragen die normaal onbeantwoord blijven maar die, als we onze blik verruimen, beantwoord worden door het vorig leven, door reïncarnatie. Want waarom gaat het zo goed met iemand, en waarom hoeft die persoon er bijna niets voor te doen en wordt ie toch heel rijk in dit leven? Omdat hij in een voorgaand leven oorzaken heeft gecreëerd om rijkdom te ervaren.

En waarom zijn sommige kinderen in hun eerste levensjaren super intelligent; omdat ze in een voorgaand leven aan hun geest gewerkt hebben en zich hebben ingespannen om dingen te leren; daardoor is de neiging ontstaan die meekomt naar dit leven. We zien ook andere neigingen in kinderen afgezien van intelligentie. We zien zelfs kinderen binnen één en hetzelfde gezin een heel verschillende aanleg vertonen met betrekking tot dieren. Er zullen kinderen zijn die een enorme afkeer hebben van dieren, die elk insect wat ze zien proberen te vernietigen of zelfs hele rare methoden uitdenken, sadistische methoden bedenken, om dieren dood te martelen, terwijl ze dat in dit leven absoluut niet door hun ouders is geleerd, en ook niet door buurjongetjes, het zit er gewoon in en het komt eruit. Terwijl andere kinderen heel spontaan een groot mededogen tonen en voortdurend in de weer zijn om goed te zorgen voor allerlei dieren of insecten, zij die in levensgevaar verkeren proberen te redden, en ook dat hebben ze niet van hun ouders geleerd.

Deze dingen verklaren we in het boeddhisme met reïncarnatie. Als mensen in hun leven een gewoonte hebben opgebouwd om alle soorten dieren gemakkelijk te doden en zonder daar verder bij na te denken of misschien met juist een steeds toenemende agressie dan zal er een neiging zijn opgebouwd die meegaat naar een volgend leven en

dan zal zo'n persoon al in zijn/haar eerste levensjaren diezelfde agressie tegenover dieren tonen. En dan vraagt iedereen zich verbaasd af van hoe komt dat nou. Waar komt dat nou vandaan? En dat geldt ook met betrekking tot ieder van ons. Waarom zijn wij geïnteresseerd en voelen we ons aangetrokken tot het boeddhisme, waarom zijn we geïnteresseerd iets meer te leren over reïncarnatie en dat soort zaken. Dat komt omdat we ons in een vorig leven hebben ingespannen om hierover te leren, te willen leren en daarom is in dit leven een neiging, een intuïtieve neiging, geïnteresseerd te zijn en belangstelling te tonen in dit soort leerstellingen.

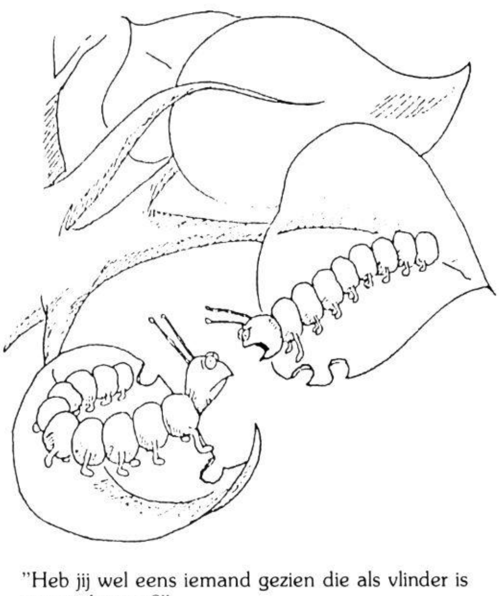
We zien dat er ook wat betreft het openstaan voor een geestelijke leer, welke leer dan ook, een heel groot verschil is tussen mensen. Sommige mensen voelen zich heel erg betrokken, heel erg aangeroepen en aangespoord tot een geestelijke leer terwijl anderen daar absoluut niets van willen weten en zich daar totaal voor afsluiten. Zelfs al probeer je soms met die mensen te praten, ze willen er niets van horen. Nou, dat soort neigingen, zowel in het ene als in het andere geval, zijn enkel verklaarbaar in verband met voorgaande levens.

Dat geeft ook gelijk het verband aan met volgende levens, met toekomstige levens. Als wij in een volgend leven bepaalde dingen voor onszelf wensen, als we onszelf op een bepaalde manier graag zouden willen zien in een volgend leven dan is het aan onszelf om daar in dit leven de oorzaken voor te creëren. Want de neigingen die we in het volgende leven zullen tonen die bouwen we in dit leven op. En dat is alleen al zo met betrekking tot onze menselijke geboorte. Je wordt niet zomaar als mens geboren. En het feit dat wij allemaal als mens zijn geboren, en dan nog wel met allerlei vrijheden en mogelijkheden zoals we die hier ter plaatse genieten, ook dat is niet zonder oorzaak.

En dat geldt ook voor ons volgende leven. Als we ons in dit leven inspannen om er het beste van te maken, en genoeg positieve energie verzamelen door heilzame dingen te doen, dan creëren we de positieve neigingen die met ons meegaan naar een volgend leven waardoor we niet als een dier terug zullen komen, niet in een lagere bestaansvorm hoeven te incarneren maar als mens geboren zullen worden en dan misschien als mens die nog veel gelukkiger leeft dan we in dit leven doen. Wat dat betreft zijn onze mogelijkheden onbegrensd. Maar we moeten goed beseffen dat we zelf verantwoordelijk zijn. Het is belangrijk ervoor te zorgen dat we in ieder geval vooruitgaan en niet achteruitgaan.

LEVENS ZONDER BEGIN

Als we de bewustzijnsstroom die zo ontzettend belangrijk is, onderzoeken dan kunnen we niet zeggen "op een gegeven moment zijn we voor het eerst in leven gekomen". We kunnen die opeenvolgende levens als het ware terug in de tijd volgen, maar er is altijd weer een eerder leven geweest, er is geen begin aan te wijzen en daarom zeggen we: "onze vorige levens zijn beginloos, zonder begin". Al die tijd, al die beginloze levens, al die miljoenen levens die we al gehad hebben zijn we steeds weer een stukje hoger op die evolutieladder geklommen en zijn we doordat we ons hebben misdragen weer een stukje gekelderd op die evolutieladder, maar we zijn er nooit helemaal aan ontsnapt. We zijn blijven ronddraaien in die cirkels van wedergeboorten. En dat is eigenlijk vreselijk jammer, want het is niet nodig om steeds weer frustrerende, gebrekkige vormen van bestaan te moeten leven. Het is mo-



"Heb jij wel eens iemand gezien die als vlinder is teruggekomen?"

gelijk om een staat van perfectie te bereiken, die we alleen maar hoogste niveau van evolutie kunnen noemen of boeddhaschap of verlichting, eigenlijk niet zoveel zeggende woorden, maar die inhouden dat we helemaal bevrijd zijn van steeds opnieuw geboren worden in gebrekkige vormen. Echt helemaal bevrijd zijn van alles wat gebrekkig is en voortdurend een staat van gelukzaligheid ervaren, dat is wat we bedoelen met boeddhaschap of verlichting of het hoogste niveau van evolutie. Hoe komt het dat we al zo ontzettend veel levens gehad hebben, zo ontzettend oeroud zijn aan de ene kant en hoe komt het dat we bovendien de mogelijkheid hebben een staat van boeddhaschap te bereiken? Dat komt door onze bewustzijnsstroom. Want in feite is qua natuur, qua aard de alwetende geest van een boeddha niet anders dan de gebrekkige geest, ons eigen bewustzijn, zoals we dat nu ervaren. Maar waarom is een boeddha dan toch verschillend van ons? Waarom is het belangrijk die staat van boeddhaschap te bereiken? Wel, een boeddha is alwetend omdat alle verduisteringen van de geest, alle verduisteringen van het bewustzijn die ons gebrekkig maken, die ons gevangen houden in het cyclische bestaan, omdat al die verduisteringen verwijderd zijn van de geest, omdat al die verduisteringen uit zijn geest geleidelijk aan zijn opgeheven.

Terwijl wij al zo ontzettend lang bezig zijn in verschillende levens die elkaar opvolgen met een behoorlijk grote snelheid, vreselijk veel schadelijke indrukken op onze bewustzijnsstroom te verzamelen. Want zelfs als mens doen we al heel veel dingen verkeerd, maar in lagere bestaansvormen doen we nog veel meer dingen verkeerd. En zo kunnen we ons voorstellen dat we een enorme verduistering op onze bewustzijnsstroom hebben geladen. Een enorme negatieve lading die ons eigenlijk weerhoudt van het volledig gebruiken van ons potentieel. Heel bemoedigend is het feit dat de Boeddha zelf ook ooit een heel gebrekkig en heel gewoon wezen geweest is net als wij dat zijn. Alleen is de historische Boeddha op een goed moment bewust begonnen met het volgen van een geestelijke weg, met het zuiveren van zijn bewustzijnsstroom. Het zich geleidelijk aan ontdoen van schadelijke indrukken uit zijn geest door het opheffen van schadelijke activiteiten, door geen schadelijke activiteiten meer te doen en door tegelijkertijd de verduisteringen die al waren verzameld op zijn bewustzijnsstroom weg te zuiveren. En op die manier door het stoppen van schadelijke activiteiten en het zuiveren van verduisteringen die al waren verzameld, heeft de historische Siddhartha de staat van boeddhaschap bereikt. De enige reden waarom wij nog niet de staat van boeddhaschap, nog niet het hoogste niveau van evolutie hebben bereikt, is omdat we ons niet genoeg inspannen in het stoppen van schadelijke activiteiten enerzijds en het zuiveren van wat al verzameld is, anderzijds.

En dat is niet iemand anders zijn schuld, dat is gewoon omdat we onszelf niet genoeg hebben ingespannen. En dat is jammer want het is niet nodig. Als wij onszelf wel inspannen, als wij onze geest zuiveren dan kunnen wij net zo worden als de historische Boeddha. Wij kunnen enorm veel leren, enorm veel bereiken. Kijk alleen maar naar je kennis niveau en je inzicht voor de schooltijd, voordat we

naar de lagere school gingen en vergelijk dat eens met je kennis en inzicht aan het eind van de middelbare school; er is enorm veel bijgeleerd. Maar al dat leren is niet vanzelf gegaan, daar hebben we best wel wat voor moeten doen. Ook, voor zover we ons hebben verdiept in de leer van de Boeddha zullen we antwoorden krijgen op heel veel vragen die in ons leven onbeantwoord zijn gebleven. En dat komt omdat we weer een stukje kennis, en weer wat informatie en weer wat inzicht verwerven waarmee we weer een stukje onwetendheid opheffen. We zien dat we best wel heel veel kunnen leren als we willen. En het is heel belangrijk om die leergierigheid te handhaven, om te willen blijven onderzoeken, te willen blijven leren omdat dat de enige manier is om onze geest soepel en actief te houden en goede eigenschappen aan te leren die meegaan naar volgende levens.

EIGEN VERANTWOORDELIJKHEID

Het is heel belangrijk te beseffen dat we zelf hard moeten werken. Want als we toevlucht nemen tot de Boeddha, als we zeggen: "Ik ben boeddhist, ik volg de Boeddha", en we hebben een mooi boeddhabeeldje in onze kamer staan en misschien steken we wel eens een kaarsje aan en we hebben best wel geloof en vertrouwen en we doen verder niets, en we vragen ons af: "Kan die Boeddha ons dan helpen, kan die Boeddha ons op deze manier redden uit dit gebrekkige bestaan"... Nee, mooi niet, de Boeddha zal je helemaal niet helpen uit dit gebrekkige bestaan. Hoe kan de Boeddha ons wel redden uit het cyclische bestaan en beschermen tegen het lijden in de lagere bestaansvormen. Wel, de Boeddha heeft methoden onderwezen die, als we ze goed toepassen, in onze eigen levenswereld, in onze eigen ervaringen een bescherming bieden. En daarom zeggen we:

"De Boeddha kan de redding niet bieden maar de leer van de Boeddha, als we deze goed en correct toepassen, die zal ons redden."

Al zoveel levens zijn we, onwetend als we zijn, bezig te handelen op basis van egoïstische begeerte, agressieve woede en kortzichtigheid en alle actie die we doen op basis van die drie verstorende emoties is gewoon schadelijk, negatief en heeft gewoon schadelijke gevolgen in die zin dat we steeds opnieuw worden geboren in pijnlijk situaties.

En al die tijd ook dat we bezig zijn om onze geneugten en onze behoeften na te jagen hebben we geen oog en geen belangstelling of geen tijd om onze geestelijke ontwikkeling bewust door te voeren. Altijd zijn we weer bezig met dingen die zo mooi zijn en die we zo graag willen hebben en we doen er van alles aan om die dingen in ons bezit te krijgen en daar hebben we dan best wel plezier van, maar intussen is al die tijd voorbij gegaan voor onze spirituele ontwikkeling, al die tijd hebben we niets gedaan voor onze geestelijke groei. En ook woede heeft een remmende functie op onze geestelijke groei, op onze spirituele ontwikkeling. Als we boos zijn dat anderen bezittingen hebben, als we door foutieve opvattingen en het niet begrijpen van de wet van oorzaak en gevolg materieel bezit van anderen en geluk van anderen afkeuren en ons daar zelfs boos over maken en de mensen die rijk zijn het niet gunnen of jaloers zijn op de mensen die meer hebben dan wijzelf dan zijn we daardoor zo negatief bezig dat we geen tijd zullen vinden voor een positieve geestelijke ontwikkeling.

DE TIEN SCHADELIJKE ACTIVITEITEN

Kortzichtig zijn we speciaal hier in het westen omdat we alleen zicht hebben op een heel kort tijdsbestek, meestal een fractie van dit ene korte leven en de rest daar denken we maar niet aan.

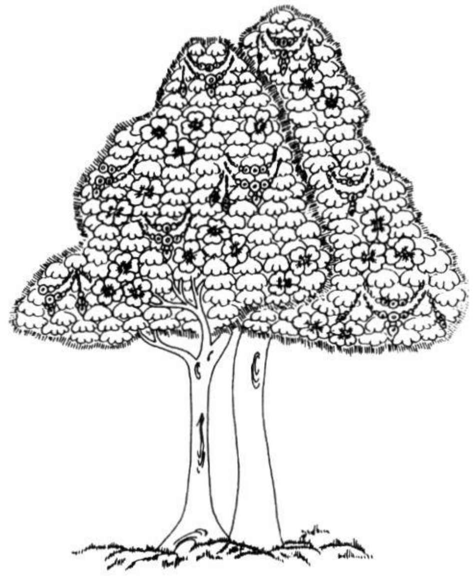
Als we eerlijk zijn tegenover onszelf en nagaan hoe we onze dagen doorbrengen dan zien we dat we echt een heel groot percentage van onze tijd besteden aan het najagen van genotsobjecten, dingen die we verlangen, die we begeren ofwel in het ons druk maken over andere mensen die bepaalde dingen wel of niet hebben en daar boos over zijn ofwel voortdurend in allerlei kortzichtige planningen of kortzichtige praatjes meegaan en daar onze tijd mee verdoen.

Toch is het belangrijk dat we onze eigen geest onderzoeken en zien hoe we ervoor staan. Want dat is de enige manier waarop we iets kunnen veranderen. Als we onze geest goed onderzoeken, dan zullen we ontdekken dat we ons regelmatig schuldig maken aan **de 10 schadelijke activiteiten** en zolang we de 10 schadelijke activiteiten blijven verrichten creëren we oorzaken om vast te blijven zitten in het cyclische bestaan.

Concreet gezien, zolang we onszelf bezig houden met de drie fysieke schadelijke activiteiten; het afbreken van leven, het doden van andere wezens, creëren we daarmee oorzaken om zelf kort te leven en met allerlei ziekten geconfronteerd te worden.

Dat moeten we niet kortzichtig zien, nee, als we in een vorig leven veel gedood hebben, dan zal zich dat in dit leven uiten doordat we niet oud worden of doordat we heel erg veel ziekte ervaren. Bovendien zullen we het gemakkelijk kunnen verifiëren aan de hand van een neiging die bestaat om te doden, dieren of insecten of wat dan ook. En door die verschillende zaken op een rijtje te zetten kunnen we dingen afleiden over het verleden.

Bijvoorbeeld de tweede schadelijke fysieke activiteit die met name wordt genoemd, is het stelen, of het nemen van wat niet is gegeven. Als we in dit leven het probleem hebben dat we voortdurend te weinig hebben of zelfs als we eens een keer wat meer te verteren hebben dat we het nauwelijks kunnen behouden, dat als we eens geld hebben het ons op de een of andere manier onmiddellijk wordt ontnomen, dat we het weer verliezen of kwijtraken of wat dan ook, dan kunnen we veilig afleiden dat we in ons voorgaande leven veel genomen hebben wat ons niet rechtmatig toekwam en als gevolg daarvan hebben we nu te weinig.



De derde van de drie fysieke schadelijke activiteiten is het plegen van overspel. Overspel heeft het gevolg dat er heel weinig harmonie zal zijn in relaties met andere mensen, dat er zelfs met een nieuwe ontmoeting met mensen die je niet eens kent een neiging zal zijn dat je de mensen irriteert zonder daar specifiek iets voor te hoeven doen. Je aanwezigheid al irriteert de mensen en dat is een duidelijk gevolg van het plegen van overspel. Wat we ook wel meemaken is mensen die ons meteen vertrouwen inboezemen, zonder dat we daar een specifieke reden voor heben of zonder die mensen langdurig te kennen, boezemen ze ons op de een of andere manier vertrouwen in. Dat is dan het gevolg van het feit dat die persoon in een voorgaand leven niet of weinig heeft gelogen, weinig leugens heeft verteld, daardoor geniet die persoon dan het gevolg dat hij op zijn woord wordt geloofd. Het tegenover-

Jan-Paul Kool

gestelde hebben we ook met sommige mensen, die, hoe goed ze het ook bedoelen, hoezeer ze ook hun best doen, niet worden geloofd. Men neemt ze altijd met een enorme korrel zout, hoe oprecht ze ook hun best doen en dat komt dan omdat ze in een vorig leven zoveel hebben bedrogen en zoveel leugens hebben verteld.

We komen ook mensen tegen die de eerste momenten heel goed met de personen die ze net hebben leren kennen op kunnen schieten, daar ook heel vriendschappelijk en amicaal mee om kunnen gaan, maar dat nooit erg lang volhouden. Altijd na een paar weken of zo, dan is dat weer voorbij. Of altijd als er al een relatie is met iemand, een wat intiemere relatie, dan duurt die nooit zo heel erg lang, dan verandert het altijd weer in een ruzie-situatie, en dat is dan een duidelijk teken dat die persoon karma heeft verzameld in een vorig leven door tweedracht te zaaien, door mensen tegen elkaar op te zetten, en als gevolg daarvan zal die persoon in dit leven niet langdurig een harmonieuze relatie hebben met wie dan ook. Zelfs al zijn er nauwelijks redenen voor te vinden er is altijd iets wat precies verkeerd loopt. Wat ook interessant is, mensen die je altijd verkeerd begrijpen of altijd horen dat ze tekort worden gedaan of horen dat ze worden uitgescholden, die heel achterdochtig zijn. Mensen die, zelfs al wordt er heel liefdevol, heel vriendelijk tot ze gesproken, zelf het gevoel hebben dat ze worden uitgescholden en dat is dan het gevolg van het grof taalgebruik en het gebruik van scheldwoorden die mensen in een voorgaand leven zelf hebben gebezigd, want door het grof taalgebruik en het gebruik van scheldwoorden zal die persoon in dit leven alles wat tegen hem gezegd wordt als behoorlijk onplezierig ervaren.

En we zien met betrekking tot de vierde schadelijke activiteit, van de spraak, het zinloos kletsen, dat er mensen zijn die zich niet op hun gemak voelen als er niet gepraat wordt, of als ze niet zelf aan het praten zijn. Er moet voortdurend gepraat worden, het maakt niet uit over wat voor onzin, als er maar gepraat wordt. En er zijn ook mensen die juist dat soort praatsituaties heel vervelend vinden en voortdurend uit de weg gaan en ook dat wijst op neigingen die zijn opgebouwd in een voorgaand leven. De persoon die in dit leven voortdurend moet praten of met iemand samen moet praten, heeft veel onzin gekletst in een voorgaand leven.

We zien dit ook met betrekking tot de mentale schadelijke activiteiten, met betrekking tot hebzucht bijvoorbeeld. Er zijn mensen, dat zijn verwoede verzamelaars. Die kunnen niet in een winkelstraat lopen of ergens zijn zonder voortdurend te denken, dit moet ik nog hebben en dat wil ik hebben. En die hebben eigenlijk voortdurend een veel te lang verlanglijstje bij zich. Terwijl er andere mensen zijn die heel koel blijven onder het zien van allerlei pracht die overal staat uitgestald en daar behoorlijk onverschillig aan voorbij kunnen gaan. Ook dat is verklaarbaar uit neigingen die zijn opgebouwd in een vorig leven.

We zien ook in dit leven de neigingen om ofwel anderen kwaad toe te wensen ofwel de spontane neiging om anderen te willen helpen. Ook dat is verklaarbaar door neigingen in een voorgaand leven die zijn opgebouwd, bijvoorbeeld door kwaadwil. Als we voortdurend anderen kwaad toe wensen, voortdurend anderen hun geluk niet gunnen en maar steeds willen dat er iets verschrikkelijks met ze gebeurt, dan ontstaat daardoor een neiging waardoor het in een volgend leven, en bijvoorbeeld in dit leven, heel moeilijk is om werkelijk iets goeds voor anderen te doen. We zullen altijd de neiging hebben om anderen kwaad toe te wensen en te hopen dat het slecht met ze gaat. En het tegengestelde is gelukkig ook waar. Er zijn ook mensen die heel spontaan en heel gemakkelijk het goede wensen voor andere mensen.

We zien deze neigingen ook met betrekking tot foutieve zienswijzen. Mensen die in voorgaande levens heel sterke foutieve zienswijzen hebben opgebouwd zullen in dit leven, zelfs al horen ze iets wat waar is, zelfs al horen ze bijvoorbeeld over de leer van de Boeddha, daar een enorme afkeer van hebben, daar niets van willen weten. En er zijn ook mensen die juist heel gemakkelijk openstaan voor inzicht en openstaan voor wijsheid. En ook dat is verklaarbaar uit neigingen die zijn opgebouwd in een voorgaand leven.

INZICHT IN DE TOEKOMST

Door op deze manier na te denken, door al die vragen als het ware te onderzoeken waarvoor we meestal hier in Nederland geen antwoord kunnen vinden, komen we vanzelf tot het besef dat reïncarnatie een feit is. Want als we niet de vorige levens in ons verhaal betrekken dan blijven al te veel dingen van dit leven totaal onverklaarbaar.

Maar veel belangrijker nog is het inzicht in de realiteit van reïncarnatie met het oog op onze toekomst. Want is het niet zo dat we nu de oorzaken creëren voor onze toekomstige ervaringen! Is het niet zo dat als we in dit leven heilzame neigingen aanleren, we daarvan in de toekomst de vruchten plukken en met name als we afzien van de 10 schadelijke activiteiten die in dit artikel zijn genoemd, dan creëren we daarmee een basis van morele zelfsdiscipline en een hoeveelheid positieve energie om toch

minstens opnieuw als mens te worden geboren met alle vrijheden en mogelijkheden die we nu hebben.

Maar we zien dus om werkelijk zover te komen dat je jezelf verantwoordelijk gaat voelen voor je eigen toekomstige levens, om te beseffen dat we zelf de schepper zijn van onze toekomstige levens, is het heel belangrijk eerst inzicht te hebben in vorige levens.

Want het is eigenlijk heel concreet als er steeds dingen in ons leven met ons gebeuren, vervelende dingen die we absoluut niet wensen, dat we eens gaan kijken wat is daar de oorzaak van, welke schadelijk activiteit is daar de oorzaak van. En dan gaan we ervoor zorgen dat we juist die schadelijke activiteit opheffen, om er zeker van te zijn dat we die vervelende ervaring in ieder geval in ons volgende leven niet meer hoeven tegen te komen. En dat is de manier waarop we ons bewust en rationeel met de Dharma, met onze geestelijke ontwikkeling bezig houden.

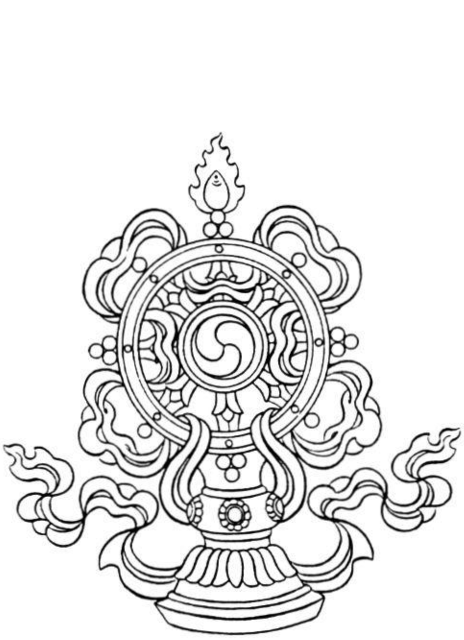
TOEWIJDING

Als we dan ook nog **een zuivere toewijding** doen door te denken: "Mogen alle wezens, alle wezens zonder uitzondering, bevrijd worden van al het lijden" dan creëren we nog veel meer positieve energie. Want er zijn ontelbare wezens en dan creëren we dus ontelbare positieve energie. En dan heeft ieder van ons de garantie, dat we daardoor, dus door het voorkomen van de 10 schadelijke activiteiten en door het toewijden van de positieve energie met de wens het lijden van alle wezens te mogen opheffen, dat we daardoor niet in een lagere bestaansvorm zullen incarneren. En in dit verband is het belangrijk te begrijpen dat we het zelf moeten doen. Het is niet mogelijk dat iemand anders ons helpt om niet in een lagere incarnatie terug te komen. We moeten zelf die oorzaken creëren. Want als we zelf verkeerd blijven denken of verkeerd bezig blijven, en dan denken we aan die 10 schadelijke activiteiten die met name genoemd zijn, fysiek, verbaal en mentaal verkeerd bezig zijn, dan, al zou de Boeddha hier fysiek verschijnen, dan is er geen enkele mogelijkheid dat die Boeddha ons met zijn hand op zou kunnen tillen naar een plaats waar we bevrijd zouden zijn. De Boeddha kan het voor ons echt niet doen. Het hangt van ons eigen denken af, of we zullen evolueren danwel degenereren. En hoe beter we denken, des te meer we bijdragen aan onze geestelijke groei, want dat is Dharma, dat is de leer. Nou, en denken kunnen we allemaal, al hebben we tien kinderen en al zijn we honderd jaar oud, dus dat is geen enkele excuus om ons niet te kunnen ontwikkelen. Denken kunnen we altijd en overal. Dus laten we proberen positief te denken, heilzame gedachten te hebben, want het is door die heilzame gedachten dat de historische Boeddha de verlichting heeft bereikt. Dus het goede denken is het belangrijkste van alles. Want als we goed denken dan ontwikkelen we daardoor vanzelf alle goede kwaliteiten. Terwijl als we verkeerd denken dan verliezen we zelfs die goede kwaliteiten die we al hadden ontwikkeld. De manier waarop we een evolutie doormaken is door goed te denken. Want als we goed denken en we proberen die schadelijke activiteiten te voorkomen dan zal het in onze opeenvolgende levens steeds beter met ons gaan.

En zo zien we dat we door het gebruik van logisch redeneren heel veel inzicht kunnen verkrijgen over de toekomst. En is het ook op die manier dat we begrijpen dat we door schadelijke activiteiten te stoppen, en schadelijke neigingen op te heffen dat we erin kunnen slagen het hoogste niveau van evolutie te bereiken. Want de Boeddha is niet altijd Boeddha geweest. De Boeddha was niet een eeuwig bestaande Boeddha. De Boeddha is iemand die als gewoon mens is begonnen en zich heeft opgewerkt door eigen inspanning. En dat is de reden waarom wij dat ook kunnen. Als het niet zou kunnen dan had het natuurlijk ook geen zin om je druk te maken over schadelijke activiteiten en heilzame activiteiten, over het voorkomen van schadelijke neigingen enzovoort, want dan zou het niet uitmaken wat je deed. Als alles altijd zo zou blijven zoals het is, als de Boeddha altijd al Boeddha was en als wij altijd gebrekkige wezens in het cyclische bestaan zouden moeten zijn, dan hoefden we natuurlijk ook niets meer te doen. Maar het is juist omdat de Boeddha wel een heel gewoon mens was en omdat die Boeddha door eigen inspanningen zich heeft ontwikkeld en allereerst een heel goed mens is geworden en vervolgens boven de mensheid is uitgestegen, het boeddhaschap heeft bereikt, dat er hoop is dat wij hetzelfde kunnen doen. Dus wat is dan heel belangrijk in dit verband... onze geestelijke ontwikkeling.

En we moeten niet denken dat we het niet kunnen. We moeten onszelf niet minderwaardig voelen als het gaat over onze geestelijke ontwikkeling, over Dharma-beoefening en denken van: "Wel, ik heb nu kinderen dus ik heb geen tijd" of " ik heb een drukke baan en daarom heb ik geen mogelijkheid". We moeten ons niet minderwaardig voelen. We moeten ons ook niet minderwaardig voelen door te denken: "ik ben al oud, dat kan ik vast niet meer", want als we die 10 schadelijke activititeiten, die met name genoemd worden begrijpen en er vervolgens van afzien, die schadelijke activiteiten niet verrichten, dan zijn we al een heel eind op de goede weg. Nou, als we dat dan ook nog eens doen om een hoger niveau van evolutie te bereiken, om meer voor anderen te kunnen doen, om anderen beter te kunnen helpen dan creëren we natuurlijk helemaal veel positieve energie.

En ook met betrekking tot karma, oorzaak en gevolg, zien we dat het niet begrepen kan worden buiten de contekst van meerdere levens. We hebben een inzicht nodig in reïncarnatie, in opeenvolgende levens, om het functioneren van karma te begrijpen. Daarom is er ook zo'n sterk verband tussen die twee begrippen: karma enerzijds en reïncarnatie anderzijds. En naarmate we meer over karma, oorzaak en gevolg, begrijpen, zullen we meer over reïncarnatie begrijpen en naarmate we meer begrijpen over reïncarnatie zullen we beter begrijpen hoe het karma werkt. En dan komen we tot het besef, wel als er dus



voorgaande levens zijn vanwaar uit alles wordt verklaard van wat er tot nu toe in het leven onverklaarbaar was, waaruit alles opeens verklaarbaarder wordt, dan zijn er dus toekomstige levens. En als er toekomstige levens zijn, dan is het heel belangrijk dat we ons daar op voorbereiden.

Want we hebben uiteindelijk in dit leven toch maar mooi een menselijke wedergeboorte gekregen met alle vrijheden en mogelijkheden die daar bij horen en dat is niet zonder oorzaken. We kunnen dus eigenlijk best zeggen dat we het tot nu toe niet zo slecht gedaan hebben; we zijn al een aardig eindje op de goede weg. Alleen moeten we er dan natuurlijk wel voor zorgen dat het goed blijft doorgaan in onze volgende levens. Dat we nu niet denken dat we kunnen gaan rentenieren en niets meer hoeven te doen, maar dat we nu juist beseffen dat we de oorzaken moeten creëren voor opnieuw zo'n waardevolle menselijke geboorte met vrijheden en mogelijkheden. Want als we sterven, en vroeger of later zullen we dat allemaal doen, dan gaat onze bewustzijnsstroom door naar het volgende leven. Dus er is een voortzetting, een stroom, een voortzetting van het bewustzijn van de geest, van dit leven naar het bewustzijn, de geest van het kind dat we in het volgend leven zullen zijn. Maar hoe dan ook, om tot die conclusie te komen, tot dat besef te komen van reïncarnatie, dat het de werkelijkheid is, dat het werkelijk zo is dat we vele malen al geleefd hebben en pas als we daar goed van doordrongen zijn kunnen we gaan denken in termen van onze volgende levens en hoe onze bewustzijnstroom van dit leven door zal leven in het kind dat we in ons volgende leven weer zullen zijn. Als je namelijk eenmaal overtuigd bent dat alle goede ervaringen en alle vervelende ervaringen voortkomen uit indrukken op je eigen bewustzijnsstroom die daar in een vorig leven al op zijn geplaatst, dan is het niet meer zo moeilijk om de lijn door te trekken naar de toekomst en te beseffen dat wat we in de toekomst zullen ervaren op dit moment op onze bewustzijnsstroom wordt geplaatst.

Dus dit is de manier waarop we in het boeddhisme komen tot de overtuiging dat we al vele malen geleefd hebben, dat we in wezen al oeroud zijn en dat we zelf de schepper zijn van onze alledaagse realiteit.

Jan-Paul Kool

Als we niet goed doordrongen zijn van de realiteit van reïncarnatie, als we niet echt overtuigd zijn van het bestaan van reïncarnatie is het heel moeilijk het grote mededogen op te wekken en is het nog veel moeilijker om werkelijk de altruïstische motivaite, de verlichtingsgeest te ontwikkelen. De methode om de verlichtingsgeest te ontwikkelen is door na te denken over de manier waarop wezens rondcirkelen in het cyclische en frustrerende bestaan. En de verlichtingsgeest is de wens het hoogste niveau van evolutie te bereiken om al die wezens te bevrijden uit dat steeds terugkerende lijden. Als we niet overtuigd zijn van reïncarnatie dan is er geen cyclisch bestaan, dan zijn er geen steeds terugkerende vormen van lijden, dan zijn er geen terugkerende frustraties waarvan we de wezens zouden moeten bevrijden.

Dus ook in dit verband, in termen van mededogen en de altruïstische motivatie is het heel erg belangrijk dat we reïncarnatie doorgronden. Want zonder verlichtingsgeest zullen we geen Boeddha worden, nietwaar. Dus daar zien we nog een reden waarom het belangrijk is om na te denken over reïncarnatie.

Vraag: Kunt u alle 12 schakels van het Wiel van Worden noemen?

Antwoord: Hoewel ze niet met name genoemd zijn, zijn eigenlijk alle 12 schakels van het onderling afhankelijk bestaan wel ter sprake gekomen. Want we hebben het met name gehad over **onwetendheid,** maar ook over karmische oorzaken (indrukken) die door onwetendheid verzameld worden: de 2e schakel is **karma,** de verzameling van karmische indrukken op de bewustzijnsstroom. De **bewustzijnsstroom** waarop die karmische indrukken verzameld worden is de 3e van de 12 schakels. En de 8e, 9e en 10 schakel, het **verlangen,** het toenemende verlangen wat een soort **grijpen** wordt en dan daardoor het nieuwe **worden** of het potentieel om een nieuw leven te beginnen, die zijn eigenlijk ook min of meer besproken.

Daarbij kun je zeggen dat de 8e schakel, het verlangen is als het planten van een zaadje, het verlangen dat steeds sterker wordt en een soort grijpen wordt en een actieve richting krijgt dat dan wordt genoemd de 10e schakel, nl. het potentieel tot worden, de kracht waarmee het bewustzijn in de bevruchte eicel wordt geworpen als het ware, bij het moment van conceptie. Dat moment van conceptie dat begint eigenlijk dan bij de 4e schakel, die schakel heet **"naam en vorm",** waar zich de foetus in de baarmoeder langzaam ontwikkelt met ledematen enzovoort, die krijgt een bepaalde gestalte en vorm, en ook krijgt dat lichaam de **zintuigen,** als ingangen voor het ontvangen van indrukken van buitenaf, en dat is dan de 5e schakel en door die zintuigen waardoor indrukken van buiten ontvangen kunnen worden ontstaat **contact** met de buitenwereld en dat is dan de 6e schakel. En zo zijn eigenlijk de verschillende schakels wel besproken want door dat contact ontstaat de 7e schakel nl. **gevoel,** een bepaald gevoel wordt ervaren, een prettig of onprettig of onverschillig gevoel in je contact met de buitenwereld. Nou dat contact komt pas helemaal op in de 11e en 12e schakel, **ouderdom en dood.** En zo zit er een bepaald verloop in de schakels, die ook weer worden uitgelegd, niet over één maar over minstens twee levens.

Transcript: Marlou van Hoorn
Tibetaans-Nederlandse vertaling: Gelong Thubten Tsépèl

Gedichten

KARMA

Hoeveel karma's zijn wij oud
niet te schatten
niet te meten in lichtjaren
Laat ons gissen... eeuwenoud
Hoeveel keren ondoordacht
schoten wij beschaamd tekort
onvoorstelbaar
Zonder omhaal geef ik toe
door de bank
ben ik eerder lui dan moe
Hoeveel keer om raad verlegen
andermaal in de fout
in angst en beven
menigmaal in pijn en nood
Van zijn feilen wil men leren
doch de mens stelt zich bloot
zelfs een ezel weet wel beter
stoot zich in het algemeen
geen tweemaal aan dezelfde steen
Wat het vernuft nochtans vermag
homo sapiens ligt dwars
(hoe wil hij zijn karma beteren)
delft hardleers zijn eigen graf
Hoeveel karma's nog te gaan
is een vraag die aan ons knaagt
wellicht het overdenken waard.

LEERMEESTER

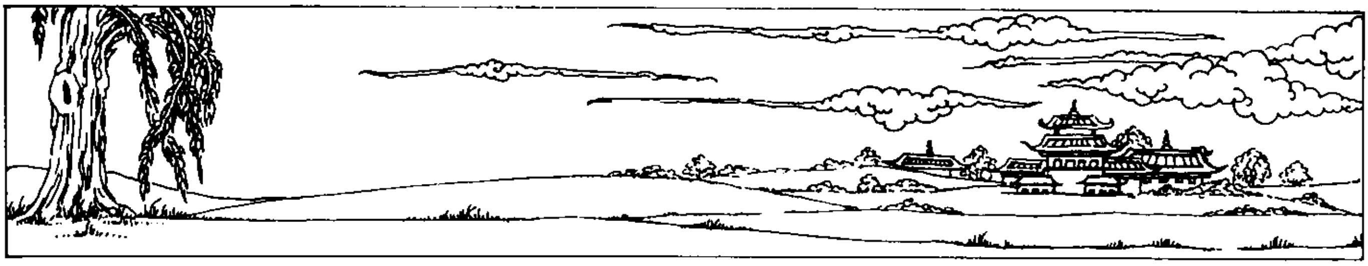
Boeddha is mijn toevlucht
stimulans en stuwkracht
heeft als raadsman ons vertrouwen
helpt ons streven naar zijn voorbeeld
gunt ons inzicht in 't gebeuren
uitzicht op een betere wereld

Boeddha's wijsheid, tolerantie
laat ons putten uit zijn voorraad
is het veerschip en de haven
vaargeul - baken - navigator
is de schutsluis naar de zee
op mijn doortocht..

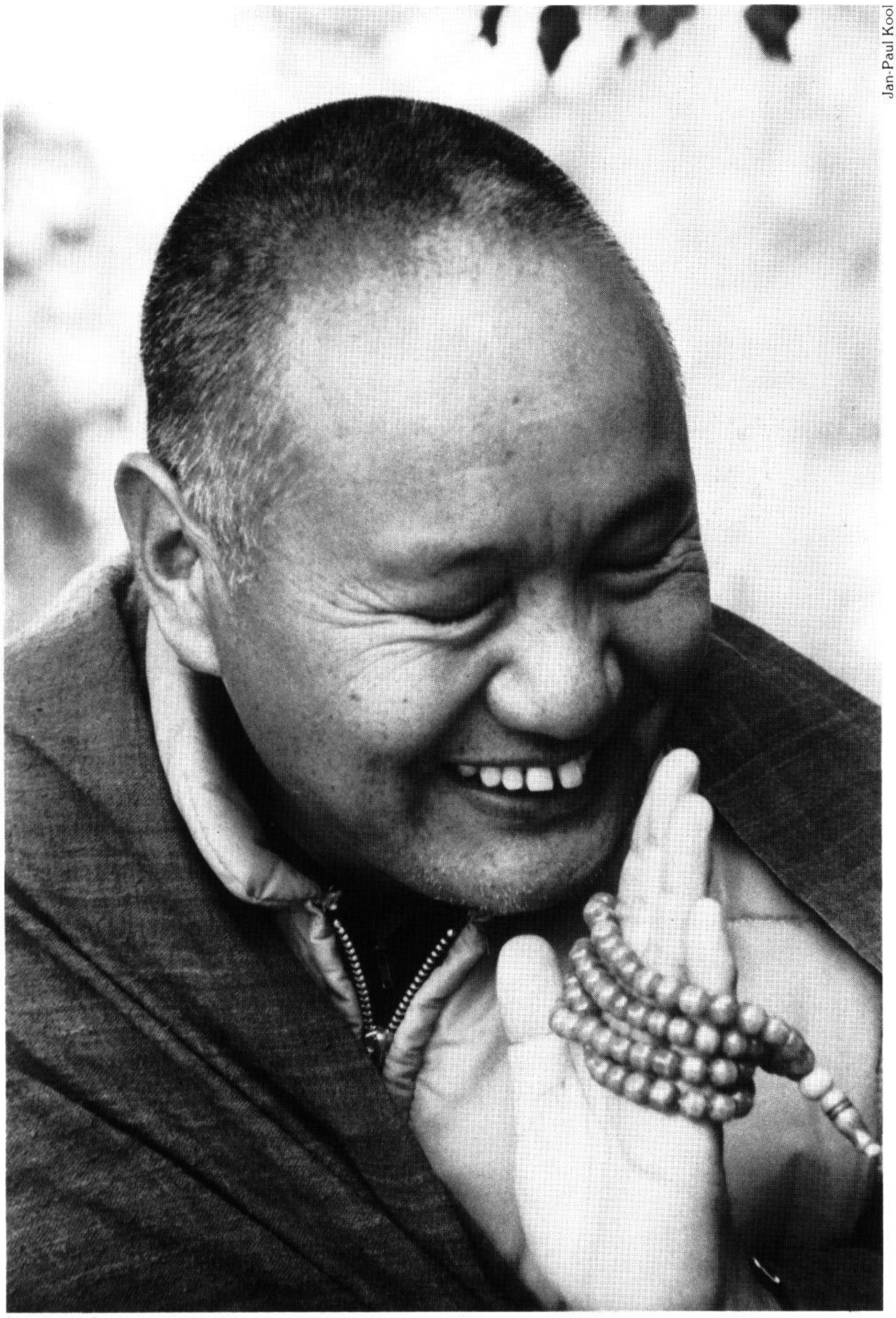
TIBET (IMPRESSIE)

Hier buig ik mij in anorak
en snijd een plak
uit ruige stalmest van een yak
Pleisterwerk aan buitenmuur
in droge staat, brandstof
voedsel voor het nachtelijk vuur
dat houdt ons warm
De dag brengt zon in vlagen wind
de nacht is onbarmhartig koud
maakt deel uit van het ruw klimaat
de schrale grond
de ijle lucht het wreed bewind
De grens zit dicht de angst waard rond
Duisternis belet het zicht op Tibet
haar dapper en ontembaar volk.

Nelle Honig
Utrecht



Lama - de man


Jan-Paul Kool

Lama Yeshe

UIT HET BOEK "REÏNCARNATION" VAN VICKI MACKENZIE" (ENGELS)

Door de jaren heen kreeg ik vele boeiende en fascinerende verhalen over Lama Yeshe te horen waardoor ik een vollediger beeld van hem kreeg en er nog meer van overtuigd raakte dat hij inderdaad een heel bijzonder iemand was. Niets was hem te buitensporig of te bizar om een helderder inzicht in de samenleving te verkrijgen waaruit zijn studenten kwamen, de invloeden die een bijdrage hadden geleverd aan de vorming van hun geest. Het milieu waaruit hijzelf kwam was uiterst behoudend en zijn ruimdenkendheid was daarom revolutionair. Hij was een groot man. Het voornaamste doel in zijn leven was om alle mensen te bereiken door geografische, raciale en filosofische grenzen te overbruggen met zijn universele boodschap.

In Hong Kong bijvoorbeeld trok hij zijn monnikskledij uit en trok een broek, overhemd en stropdas aan om naar de nachtclub in zijn hotel te gaan om met eigen ogen te zien wat westerlingen nu verstaan onder "sophisticated". Wie weet wat hij er werkelijk van dacht. Hij zei altijd tegen iedereen dat ze moesten genieten maar elke keer daarna als hij een ridiculiserende term wilde gebruiken om aan te geven hoe mensen hun tijd verspillen, dan noemde hij hen "nachtclub bezoekers".

In Australië leende hij een korte broek, een T-shirt en een hoed met brede rand om een week lang "rond te trekken". Niemand wist waar hij naartoe gegaan was. Bij zijn terugkeer zag hij er goed gebruind uit en liet weten dat hij de stranden bezocht had omdat dit duidelijk de Australische versie van "genieten' was.

Evenzo deed hij menigeen op zijn reis door Amerika versteld staan door in het casino in Las Vegas te gaan spelen. Vervolgens sleepte hij Lama Zopa (die veel liever op zijn kamer zat te mediteren) teen zijn zin in mee naar niet alleen Walt Disneyland, waar hij bijna alle attracties uitprobeerde en een Mickey Mouse hoed droeg - maar ook naar een stripteasetent waar zij alletwee een ijsje zaten te eten in het minst niet geshockeerd door de capriolen van de dame op het podium.

Lama was in het geheel niet preuts. Niet alleen kwam hij uit een samenleving waar alle lichamelijke funkties, met inbe-

grip van de sexuele, geaccepteerd werden zonder de neurotische geladenheid waarmee onze meer "beschaafde" wereld ons opgezadeld heeft, maar als Lama had hij de sexuele energie grondig bestudeerd en geleerd hoe je deze op het spirituele pad kunt gebruiken.

Westerlingen vonden daardoor dat hij verbazingwekkend goed naar sexuele problemen kon luisteren en nauwkeurig en uitstekend advies gaf.

Zijn opvoeding in wereldse zaken nam een andere reusachtige sprong voorwaarts toen hij na een gesprek met een homo student in San Francisco gevraagd werd mee te gaan naar een homo bar en later naar de Gay Parade. Hij vermaakte zich reusachtig en vroeg volgens ooggetuigen honderduit. Hij was op begripsvolle wijze gefascineerd door de 'homo scene', een verschijnsel dat nog niet in Tibet doorgedrongen was en wilde tot in de intiemste details weten hoe het begon, wat de homo's wilden en wat zij deden! Niets wees op enige vorm van afkeer of afkeuring, alleen een dorst naar kennis. Het oordeel dat hij aan het eind van zijn ongebruikelijke dagje uit velde, was dat de mannelijke homo's er beter uitzagen dan de vrouwen! Lama was als een anthropoloog, de rollen omdraaiend en ons bestuderend.

Hij keek wat voor een soort we waren, wat voor vreemde eet-, drink-, sociale en kennismakingsgewoonten we hadden. Waren we werkelijk die achtergebleven barbaarse mensen zoals zijn landgenoten gewoonlijk over ons dachten?

Zijn gedrag op deze praktijk bezoeken en zijn vertrouwelijke omgang met zijn westerse studenten in het algemeen, ook vrouwen, zorgde voor menig opgetrokken wenkbrauw onder zijn meer behoudende mede-lama's en het merendeel van de Tibetaanse gemeenschap - alhoewel de Dalai Lama en verscheidene andere hoge lama's van de geestelijke hierarchie de aard van zijn missie volkomen begrepen. Maar diegenen met een beperktere visie kregen de indruk dat hij op een bepaalde manier zijn geloften schond. Lama Yeshe vertelde zelf het verhaal hoe zijn zuster die in Delhi woonde op zeker dag met tranen in haar ogen naar hem toe kwam en hem smeekte zijn contact met westerlingen te verbreken en zich financieel door haar te laten onderhouden zodat hij een lange retraite kon doen en het pad dat hij verlaten had weer op kon nemen.

Bij een andere gelegenheid, opnieuw met een aantal van zijn familieleden in Dharamsala en een of twee westerse studenten begon hij te praten over zijn reis terug naar Tibet. Hij vertelde op grimmige toon over een boeddhabeeld van onschatbare waarde dat de Chinezen op de bodem van de rivier gegooid hadden. Hij vertelde het een aantal keren achter elkaar en begon te lachen. Hij ging hoe langer hoe harder lachen: "Het boeddhabeeld lag in duizend stukjes op de bodem van de rivier" bulderde hij. Zijn broers en zusters keken vol ontzetting naar zoveel oneerbiedigheid. Had Lama Yeshe zijn verstand verloren? Alleen de aanwezige westerlingen begrepen waar het om ging. Het deed er niet toe dat het boeddhabeeld in gruzelementen lag omdat het de innerlijke betekenis van Boeddha's boodschap is waar men eerbied voor moet hebben en niet alleen voor de uiterlijke vorm.

Vanuit zijn mededogen schroomde hij nooit zijn boodschap volkomen duidelijk te maken. "De Dharma is er niet om een gemakkelijk leventje te leiden. Het moet je door elkaar schudden! We zijn hier niet om een beetje beleefd te zitten doen", plachtte hij te zeggen wanneer hij een bepaalde afgrijselijk juiste psychologische of spirituele waarheid over ons verkondigde.

Hij had gelijk. Op die manier leerden wij. Niet dat hij ons ooit pijn deed. Lama speelde het klaar om onze dwaalwegen, onze misvattingen met buitengewoon groot mededogen bloot te leggen in de vaste overtuiging dat het goede uiteindelijk over alles zou zegevieren. En als hij een waarheid verkondigde die ons diep raakte dan lachte hij en wij lachten allemaal mee, in de geruststelling dat deze man de hele weg naar de bevrijding bij ons zou zijn, ondanks al onze fouten. En alhoewel hij door dik en dun heen welgemanierd was, op en top een gentleman, ging hij nooit zachtzinnig om met degenen die hem probeerden op te lichten. Hij stond er bekend om dat hij Indiase stationskruiers bij hun nekvel pakte en ze heen en weer schudde als zij probeerden hem af te zetten. Ik heb altijd van deze "sterke" verhalen over Lama Yeshe gehouden, omdat zij bewijzen dat om spiritueel te zijn je nog geen doetje hoeft te worden.

Het was een feit dat naarmate Lama Yeshe het westen beter leerde kennen hij een actieve belangstelling voor politiek begon te krijgen. Overal waar hij was zette hij meteen de TV aan en keek naar de reclame omdat deze wat zeiden over de psychologie van het betreffende land. Hij keek altijd naar het nieuws en liet zich de politieke tijdschriften van A tot Z voorlezen. Hij begon er sterke politieke opinies op na te houden die bevestigden dat hij geen "groentje" was.

Op een dag zag hij in Californië de nieuwe sensationele versie van de B 52 bommenwerper op de televisie - zwart, dreigend, onguur met een man ernaast die daarbij volkomen in het niet verdween. Hij was gefascineerd. Hij informeerde naar wat het verder zoal kon. Dit was in de periode dat Iran de Amerikaanse gijzelaars vasthield. Lama Yeshe was hierover ontsteld en over President Carter's zwakke opstelling. "President Carter heeft het de hele tijd over mensenrechten maar het blijft alleen bij woorden. Ik heb geen respect voor hem", verkondigde Lama. Hij verklaarde vervolgens wat hij in de plaats van Jimmy Carter zou doen: "Ik zou een paar honderd B 52 bommenwerpers nemen en ermee naar Teheran vliegen, maar eerst tegen de Sovjet Unie vertellen dat ik niet van plan was te bombarderen. Ik zou de grote vliegtuigen vleugel aan vleugel laten vliegen, als een grote zwarte wolk, recht boven Teheran en zo laag dat het geluid iedereen de stuipen op het lijf zou jagen en elk raam van ieder gebouw zou doen springen. Vervolgens zou ik pamfletten uitstrooien waarop zou staan dat als we 52 levens moeten offeren we heel kwaad zouden worden en terug zouden komen en dan zou er geen Teheran meer bestaan - tenzij de gijzelaars binnen 48 uur vrijgelaten zouden worden zonder hen een haartje te krenken. Lama was duidelijk niet op een liefdes- en vredes-trip. Hij was een uiterst praktisch man en een geboren leider.

Zijn originaliteit kwam misschien wel het best tot uitdrukking in zijn altaar. Hij benadrukte altijd dat een altaar iets persoonlijks is, verrijkt met die dingen waaraan een ieder persoonlijk, speciale waarde hecht. Op ZIJN altaar zette hij een speelgoed vliegtuigje neer, waarmee hij wilde zeggen dat dit het heilige middel was waardoor hij zijn studenten kon bereiken en Boeddha's leer kon verspreiden. Het was onconventioneel maar Lama zag er de zin niet van in om vast te blijven houden aan het uiterlijke vertoon van het Tibetaans boeddhisme, als hij er iets beters uit het westen voor in de plaats vond. Zonder plichtplegingen schafte hij bijvoorbeeld de traditionele

Jan-Paul Kool

Lama Yeshe en Margot Kool

wierook af om deze te vervangen voor spray-parfum waaraan hij de voorkeur hij wilde zeggen dat dit het heilige middel was waardoor hij zijn studenten kon be van het boeddhisme ontwikkelen", placht hij te zeggen.

Zijn reizen brachten hem met meer dan alleen de rijke materiële pracht van het westerse leven in aanraking, het liet hem het Christendom in zijn levende vorm zien. Lama, van nature ruimdenkend, was een ware oecumenist. Lang voordat hij naar het westen kwam, ontwikkelde hij al een diep en oprecht respect voor Jezus Christus. Hij had ooit inderdaad met Kerstmis heel diepgaand onderricht gegeven over de betekenis van die gebeurtenis en hoe onszelf daarop voor te bereiden (dat later als Stille Geest, Heilige Geest werd uitgegeven). Nu had hij de gelegenheid het bij de bron te bestuderen. Toen hij op een dag in Pisa was, haastte hij zich naar Lama Zopa, nam hem bij de hand en zij duidelijk opgetogen: "Kom ik moet je iets laten zien. Ik hebt iets geweldigs gevonden." Hij bracht Lama Zopa naar Assisi waar hij hem triomfantelijk de grot van Sint Franciscus liet zien. "Zie je nu wel er zijn yogi's in het westen die ook grotten gebruiken", zei hij. Lama Zopa gaf hierop op een later tijdstip de persoonlijke aanvulling dat alhoewel Sint Franciscus de verlichting bereikt kon hebben, hij geen boeken achtergelaten had die aan anderen vertelden hoe zij het ook konden doen.

Wanneer hij maar kon bezocht Lama de christelijke kloosters en praatte met de monniken daar. Hij was altijd onder de indruk van wat hij er zag. "Wij boeddhisten PRATEN veel over Bodhicitta (mededogen), wij zeggen een heleboel blah, blah, blah, maar christenen gaan erop af en doen het", zei hij op een keer. Bij een andere gelegenheid zei hij met klem: "Jullie zeggen dat christenen geen meditaties hebben maar dat is een misvatting! Ik zeg je dat is verkeerd."

Na zijn overlijden schreef een Frans Rooms-Katholieke priester Vader P. Bernard de Give, die Lama Yeshe in 1978 in de Provence ontmoette toen hij aan een 12 daagse retraite deelnam, een uiterst gloedvol eerbetoon waaruit bleek dat Lama inderdaad voorbij de traditionele begrenzingen wist te gaan die maar al te vaak de grote religies van elkaar scheiden. "Hij heeft ons dus verlaten, dat wonderbaarlijke wezen dat een en al lach was en alleen maar goedheid uitstraalde. Ik geloof dat ik aan de gevoelens van velen uitdrukking geef als ik beken dat ik mijn tranen in moet houden, als ik er aan denk dat ik dat stralende gezicht dat zowel vol levensvreugde was als doordrongen van het lijden dat de innerlijke ziel van alle menselijk wezens beroert, nooit meer zal zien... Sta alstublieft deze christelijke monnik toe een paar herinneringen op te halen aan hem die voor velen zowel een meester als een vriend was...

Van Lama Yeshe kon je wel zeggen dat hij zijn publiek in zijn broekzak had. Hij boekte veel succes met zijn goede satire op de westerse maatschappij. Als acteur was hij uniek. Je zou bijna zeggen een clown die regelmatig grappige gezichten trekt. En alhoewel hij erin slaagde de eigenaardigheden en dwaze manieren, de verstorende houdingen van de grote massa die volkomen in de ban leeft van hun hartstochten bloot te leggen, deed hij er nooit iemand pijn mee. Veel eerder werd je geraakt door zijn ongeloofelijke mededogen en het volledige vertrouwen dat hij in de onvermijdelijke overwinning van het goede had.

En wanneer hij zichzelf aan zijn lachbuien overgaf dan deed iedereen mee, alsof zij ervan overtuigd waren dat zij met deze man aan hun zijde richting verlichting gingen.

Gedeeltelijk kwam Lama's universele aantrekkingskracht voort uit zijn enorme vitaliteit, de grenzeloze energie waarmee hij elk gebaar, elk woord, elke blik bezielde. Hij was een en al levenslust. (Hoe konden wij weten dat hij de hele tijd zo vreselijk ziek was?) Dit enthousiasme uitte zich ook in zijn hobbies. Hij was onder andere een hartstochtelijk chauffeur - wat overigens niet door iedereen gewaardeerd werd die met hem meereisde. Nadat hij zijn rijbewijs had gehaald in Californië, nam hij op letterlijk zenuwslopende wijze het stuur in handen. Alhoewel hij nooit een ongeluk heeft gehad, miste hij elk ding, bewegend of stilstaand op een haar na. Het was een proeve van Goeroe-devotie om naast hem te zitten. Op een dag toen hij over de snelweg in Nieuw-Zeeland voortraasde, keek hij in zijn achteruitkijkspiegel en zag tot zijn grote ontzetting een verkeersagent op een motorfiets die achter hem aan denderde. Niet alleen had hij te hard gereden, hij reed ook zonder licht. Terwijl er prompt procesverbaal werd opgemaakt, deed Lama de politieagent versteld staan door steeds maar weer te zeggen: "Dank U, heel hartelijk bedankt - U bent zo vriendelijk"!

Hij was ook een fervent tuinier en een prima kok. Op middelbare leeftijd werd hij een echte kenner van gezonde en natuurlijke voeding, zijn traditionele tsampa en toegpa (geroosterd en gemalen gerstemeel en een noedel-groentesoep) verruilend voor knapperig volkoren brood, verse salades en kruidenthee. Hij nam overal zijn "Earl Grey" mee naar toe. Hij hield van eten en nam vaak de wijk naar de keuken, waar hij verrukkelijk schotels bereidde die hij aan alle aanwezigen serveerde - iemand anders met de boel achterlatend om op te ruimen.

Deze voorliefde voor eten zou op zekere dag ongewone vruchten afwerpen. Een Italiaanse vrouw die op Kopan verbleef besloot naar Kathmandu te gaan waar zij lichtelijk verveeld een zojuist gearriveerde groep Italiaanse toeristen tegenkwam en uitnodigde om "een echte Tibetaanse lama te ontmoeten".

Dit was in de begindagen van Kopan toen Lama nog toegankelijk was voor iedereen die hem wilde zien. Bij haar terugkeer op Kopan, met al die toeristen in haar kielzog, zag de Italiaanse dame Lama Yeshe en legde uit dat zij hen allemaal voor de thee had uitgenodigd. "Wel, ga je gang, maak maar thee", zei Lama Yeshe terwijl hij geen aanstalten maakte om zich naar de groep te begeven. Hij kon zien dat zij niet in geestelijke zaken geïnteresseerd waren en hij was niet bereid om als het levende bewijs van een lama tentoongesteld te worden. Hierdoor in verlegenheid gebracht vroeg de vrouw of hij hen niet een poosje gezelschap wilde houden. Lama antwoordde dat hij misschien wel een uurtje wilde komen. (Wat voor Lama Yeshe zoveel wil zeggen als heel kort.)

Andy Weber

Lama Yeshe

Hij kwam en begaf zich in de groep. Beleefd vroeg hij de man naast hem waar hij vandaan kwam. "Milaan", antwoordde de toerist. "Aah" zei Lama terwijl zijn hele gezicht begon te stralen, "Risotto Milanese! Zo lekker". De man nogal verrast dat een lama iets wist van het culinaire neusje van de zalm van Milaan ging overeind zitten. Lama somde vervolgens de beste manier op om Risotto Milanese te maken. De Italiaan was verrukt. Lama begon op dreef te komen. "En ken je dat restaurantje achter de Duomo, DAT is de beste plaats voor Risotto in Milaan." De man was met stomheid geslagen. "En U", vervolgde Lama terwijl hij naar een vrouw in de groep glimlachte, "waar komt U vandaan?" "Uit Rome", antwoordde de vrouw. "Rome heeft de allerverukkelijkste spaghetti carbonara", zei Lama vol enthousiasme en ging door met het uiteenzetten van de bereidingswijze, welke peper je het beste kunt gebruiken en welke soort kaas. kaas.

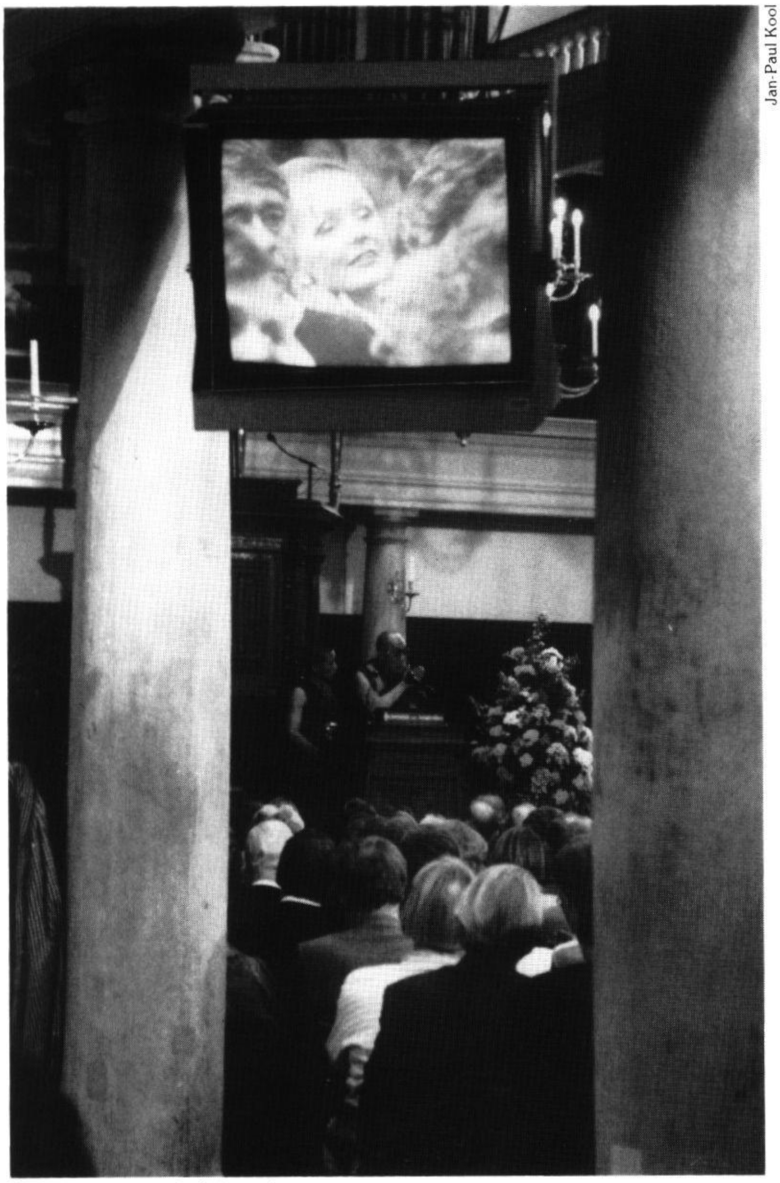
De Italiaanse vrouw die de groep had uitgenodigd kon haar oren niet geloven. Lama was maar één keer in Italië geweest voor een tiendaags bliksembezoek. Zij had er geen idee van hoe hij zulke nauwkeurige informatie over de Italiaanse keuken kon hebben opgepikt. Lama ging in dezelfde trand door met de hele groep en gaf daarmee blijk van een diepgaande kennis van hun streekschotels. Zij waren volkomen in de ban want volgens een Italiaan mag iemand dan wel een hersenchirurg wezen maar als hij eten niet weet te waarderen dan is hij een stuk onbenul. Lama was duidelijk iemand om respect voor te hebben. Na vijfenvijftig minuten verviel Lama in één van zijn diepgaande stiltes. Gedurende twee minuten zei niemand iets. De stilte werd verbroken door de eerste vragensteller met: "Is het waar dat er zoiets als verlichting bestaat"? Het ijs was gebroken. Er volgde een stroom van vragen over het menselijk potentieel op geestelijk gebied, Tibet en het boeddhisme. Met zijn gevoel voor perfecte timing keek Lama op zijn horloge. "Het spijt me", zei hij "Ik heb geen tijd meer. Maar ik kom volgend jaar naar Italië en daar kun je meer over deze materie aan de weet komen. Je kunt informatie hierover verkrijgen bij die vrouw daar." Als communicator was hij onovertroffen.

Lama had wat dat betreft een voordeel. Hij was helderziend. Niet dat hij daar ooit mee te koop liep (geen enkele lama zou ooit reclame maken voor zijn vermogens omdat zij terecht geloven dat het een hindernis vormt voor de spirituele vooruitgang van de volgeling) maar je vergaarde deze informatie in de loop van de tijd als je bij hem in de buurt was. Tijdens de Kopan cursus merkte menigeen dat fragmenten van de gesprekken die ze met elkaar gevoerd hadden door Lama herhaald werden vooral als ze van belang waren voor het onderwerp dat besproken werd. Het had iets geheimzinnigs. Hij kon ook die dingen oppikken die we naar we dachten privé deden. De lama's konden zelfs onze dromen binnenkomen. Een vriendin van mij kwam er op die manier achter dat ze zwanger was - een feit dat bevestigd werd bij haar terugkeer in Londen. Maar we ontdekten vooral dat de vragen die we hadden - vooral de onuitgesprokene - in een volgende lezing beantwoord werden. We gingen allemaal met menig probleem (vaak uiterst persoonlijk) de tent in waar de lezing gegeven werd, om in de lezing het antwoord te vinden waar we naar zochten. Het antwoord was niet vaag, maar duidelijk en ontegenzegbaar persoonsgericht, op een zodanige wijze geformuleerd dat het niemand in verlegenheid bracht en het de identiteit van de vragensteller niet verraadde. Een jongen wilde lama's psychische vermogens weleens uittesten door te kijken of hij een bewust op hem gerichtte gedachte zou oppikken. Tijdens de daarop volgende lezing visualiseerde hij een groot glas vol koel vers uitgeperst sinaasappelsap en bood hem dit vervolgens aan. Lama onderbrak zijn betoog, keek de jongen aan en zei: "Dank je, dat is heel aardig van je" en vervolgde zijn lezing.

Dit alles, dat op zo'n subtiele wijze gedaan werd, zijn tekenen van de grote geesten van de wezens die ons les geven. Zij zijn klaarblijkelijk in staat de geest van meerdere wezens gelijktijdig te lezen terwijl zij zich uiterlijk met iets anders bezig houden. Zij zijn de levende voorbeelden van het enorme potentieel van het menselijk bewustzijn waarvan zij zeggen dat het ons geboorterecht is. De lama's groeien in aanzien voor onze eigen ogen. Zij zijn de supermannen. En toch verliezen zij nooit, zelfs niet voor een seconde, hun uiterlijke aspect van nederigheid, menselijkheid en humor. Wie zijn ze eigenlijk?

Vertaling: Margot Kool-Stumpel

Art meets science and spirituality in a changing economy



Jan-Paul Kool

Openingsceremonie Art meets...

MANAGERS VERBREDEN HUN VISIE IN ONTMOETINGEN MET VOORAANSTAANDE KUNSTENAARS, WETENSCHAPPERS, RELIGIEUZE DENKERS EN ECONOMEN.

Een verslag van de OPENING en de EERSTE PANELDAG op 8 en 10 september 1990 te Amsterdam.

Wat oorspronkelijk begonnen was als een manifestatie van "Art of Peace", de Kunst van Vrede, geïnspireerd door werk en leven van de Sociale Kunstenaar Joseph Beuys en in beweging gezet door Louwrien Wijers, mondde in Amsterdam uiteindelijk uit in een ontmoeting van enkele van 's werelds grote beeldende kunstenaars met een aantal baanbrekende moderne wetenschappers en door mondiale-, of zelfs universele verantwoordelijkheid bewogen religieuze denkers temidden van een publiek dat voornamelijk uit managers en andere maatschappelijk gezien invloedrijke voormannen en -vrouwen bestond.

Dat ontmoetingen tussen mensen uit deze wat David Bohm noemt "basic features of culture all through the ages" belangrijk zijn, werd mede onderstreept doordat Zijne Heiligheid de Dalai Lama onmiddellijk bereid werd gevonden het symposium te komen openen, en zelfs zitting te nemen in het eerste van de vijf panels, samen met David Bohm, Robert Rauschenberg en Stanislav Menshikov. Zijn Heiligheid is bijzonder geïnteresseerd in recente ontdekkingen van de modernste kernfysica en neurobiologie, omdat deze wetenschappelijke bevindingen in hoge mate de filosofische standpunten van de Prasangika Madhyamika School blijken te bevestigen.

Welbekend is dat vooral in deze takken van wetenschap een enorme kentering plaatsvindt door de ontdekking dat de (subjectieve) waarnemer ALTIJD de tot voor kort objectief geachte waarneming op zijn zachtst gezegd beïnvloedt. En is het niet juist het idee van de Madhyamika boeddhisten dat de wereld om ons heen niet los gezien kan worden van onze eigen benoemende geest?

Hoewel Zijne Heiligheid tijdens zijn openingsrede in de aula van de Universiteit van Amsterdam helder uiteenzette dat niet de zintuiglijke soorten bewustzijn, maar het veel subtielere mentale bewustzijn de bron en de maker is van frustratie en lijden, alsook de bron en maker van alle tevredenheid en geluk, is het nog de vraag in hoeverre de toehoorders de verstrekkende en diepzinnige betekenis van deze opvatting hebben begrepen.

Wat de aanwezigen bij de eerste paneldiskussie zeker niet is ontgaan, is de direkte en intuïtieve levenshouding van de in dit panel als vertegenwoordiger van de kunstwereld optredende vader van de popart Robert Rauschenberg. Hoewel zijn onaangepaste opmerkingen soms niet geheel aansloten bij de oprechte serieusheid van de kernfysicus David Bohm - die de wijze indruk maakt echt doordrongen te zijn van de enorme beperktheid waarmee zelfs zijn eigen woorden zijn ervaringen kunnen beschrijven - voerde Rauschenberg behalve humor en een soms wat al te vrolijke noot, ook de intuïtie ten tonele.

Zijne Heiligheid toonde alle aanwezigen vooral, dat het belangrijk is goed naar elkaar te luisteren. Juist de gelegenheden, waar hij iets had kunnen uitleggen vanuit de boeddhistische zienswijze,

zoals toen hem werd gevraagd over "enlightenment" en over "compassion in buddhism", liet hij volledig ongebruikt. Hiermee toonde Zijne Heiligheid zekere overeenkomsten met de man van de "implicate order" theorie David Bohm, door te kennen te geven dat tijdens ontmoetingen van mensen uit verschillende achtergronden het spreken over abstrakte begrippen al snel afleidt van de werkelijke essentie, nl. de ONTMOETING van mensen met elkaar, met hun onderlinge verbondenheid en belangen als leden van één grote menselijke familie, die gedragen wordt door "compassion as basic human nature". Zijn Heiligheid gaf ook regelmatig hem via een moderator aangereikte vragen door naar zijn buurman David Bohm, die zich o.a. door Krishnamurti en Zijne Heiligheid tot een spirituele wetenschap heeft laten inspireren. Terwijl de door de Task Force voorgestelde onderwerpen in grote lijnen allemaal ter sprake kwamen, maakte Zijne Heiligheid duidelijk dat oplossingen voor problemen zoals "competition versus compassion in a new model society", binnen bereik liggen als we in plaats van anderen, onszelf proberen te overtreffen.

Jan-Paul Kool

Dankzij Bohm werd duidelijk dat meer naar het geheel moet worden gekeken om fragmentarisch handelen en kortzichtigheid, die al te vaak de ongewenste en zelfs gevaarlijke gevolgen zijn van wetenschappelijke specialisatie te voorkomen. Diversiteit moet worden benaderd "through Wholeness", het Geheel.

Na een korte inzinking in de middag, die werd veroorzaakt door enkele neofeministische opmerkingen uit het publiek, bracht Zijne Heiligheid de diskussie op een hoger en tegelijk praktischer niveau, door aan de Russische econoom Stanislav Menshikov diens kommentaar te vragen op de bevolkingsexplosie, die volgens veel wetenschappers een veel ernstiger bedreiging vormt, dan de bewapeningsproblematiek. Het praktische antwoord van de tot zover cynisch te noemen econoom was zo duidelijk dat het eigenlijk de volle aandacht van heel politiek Den Haag en van alle regeringen van de vrije, rijke westerse wereld verdient. Menshikov schetste helder hoe de bevolkingsexplosie zich enkel afspeelt in de derde wereld, waar kinderen vaak de enige bezittingen zijn en hoe het van levensbelang is voor de westerse landen, de economie in de derde wereld landen op westers peil te brengen waardoor de

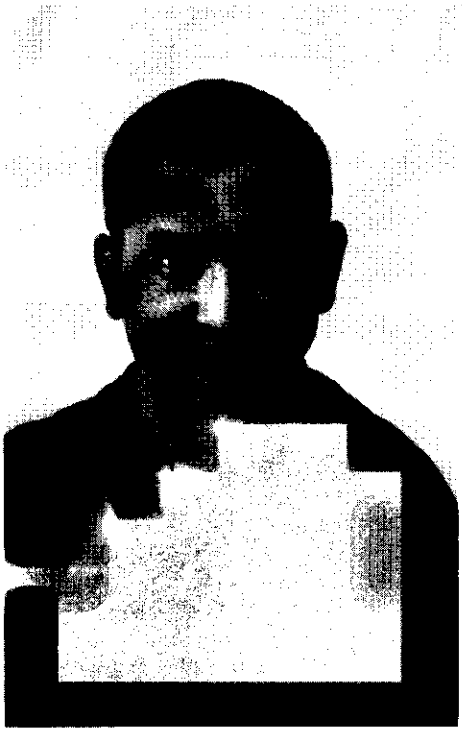
Jan-Paul Kool

bevolkingsaanwas zal gaan stabiliseren, zoals ze dat in de rijke geïndustrialiseerde landen al heeft gedaan.

Samenvattend kwamen een aantal konklusies uit de samenspraak naar voren. Ontmoetingen op dit niveau zijn nuttig en belangrijk. Creativiteit kan of moet zelfs gedeeltelijk onbegrepen, intuïtief gebeuren. Specialisatie is nodig maar gevaarlijk en moet gebeuren vanuit een visie van het Geheel, dus vanuit een spirituele visie. Mededogen IS de basisnatuur van de mensheid. De mondiale of globale verbondenheid betekent tevens afhankelijkheid van en daarom verantwoordelijkheid voor alle medemensen. Het is van overlevingsbelang voor de rijke westerse wereld de arme derde wereld zo snel mogelijk op gelijk economisch niveau te brengen.

Door Gelong Thubten Tsépèl, medewerker Task Force van april 89-mei 90.

Het gebeurt in het westen


Jan Paul Kool

Lama Zopa Rinpochee

DE EERSTE EUROPESE LAM.RIM KURSUS AUGUSTUS 1990

De voorbereiding begon al in het vroege voorjaar van 1990. Er werd een inventarisatie gemaakt van wat er allemaal moest gebeuren. En een ieder van ons nam de volle verantwoordelijkheid voor een bepaald gebied, precies dat gebied dat bij hem of haar paste en wat hij of zij aankon. En hoe...

Er werd met inzicht, doorzettingsvermogen, enthousiasme en geduld gewerkt of deden sommigen het met alle zes de perfecties? Er kwamen weer de oude vertrouwde gezichten die altijd weer opduiken bij een organisatorisch grote cursus. En groots was het!

Zo'n driehonderd mensen passeerden per dag de revue. Zonder grote opstoppingen verliep alles praktisch gladjes en vond iedereen zijn stekkie, was er allerlei informatie voorhanden in de informatiestand, was er voldoende parkeerruimte dankzij de voorlopige aankoop van een nieuw stuk land, was er een eettent met goed eten gezien de grote hoeveelheden en een prachtig ingerichtte meditatietent, mede door de sfeervolle rolschilderingen over de twaalf schakels van Irini Schrijers. Alles zag er heel verzorgd uit, de vlaggen, de bloemenpracht, overal was aan gedacht. De complimenten over de professionele organisatie waren dan ook niet van de lucht. En dat betrof dan nog alleen maar het noodzakelijke "samsarische" gedeelte.

Lama Zopa was een dag voor de eigenlijke kursus begon al gearriveerd per auto en boot uit Engeland en werd traditioneel met wierook en katah's (Tibetaanse begroetingsjaals) begroet door de aanwezige studenten. Op de grond had Geshe-la met witte kalk voorspoedbrengende symbolen getekend.

Na aankomst was er even rust voor Lama Zopa want daarna volgde een afgeladen programma dat al 's ochtends om vijf uur begon en vaak 's avonds tegen twaalven eindigde of later, vooral de laatste week van de initiaties waarvoor zo'n honderdvijftig studenten hadden ingeschreven.

En daar tussendoor gasten voor de lunch, vele privé- en groeps-audiënties die vaak tot in de vroege uurtjes duurden. Lama Zopa is een voorbeeld van zuiverheid en van een niet aflatende vrijgevigheid, op de allereerste plaats die van Dharma. Niet voor een uurtje maar vaak urenlang en eigenlijk niet te stoppen (wat niet altijd gemakkelijk was voor menig vertaler en student). Hij had aandacht en warmte voor iedereen die hij tegenkwam en het niet aflatende geduld om keer op keer weer te luisteren naar de problemen van vele studenten die hij vaak wist te verzachten of te relativeren door zijn humor en zijn "crazy" gelach.

In de schaarse momenten die hij voor zichzelf had deed hij dan zijn gebeden, rituelen voor studenten die hulp nodig hadden, maakte hij kleine stoepa's door middel van mallen (met hulp van Jan de Ruiter), talloze mandala-offerandes en brandde hij per dag wel zo'n honderd waxinelichtjes. Geen seconde was hij niet bezig met zuivere Dharma, want zuivere Dharma verkrijg je alleen door een zuivere motivatie en daar nam hij altijd ruimschoots de tijd voor, een halve les, een hele les of onophoudelijk? Van het belang van een goede motivatie werd je dus stevig doordrongen bijvoorbeeld als je voor het eten was uitgenodigd, want ook dan eerst een portie motivatie en als je geluk had was je eten nog warm. Zou Rinpochee ooit zijn eten warm opeten?

Ik besefte dat een dergelijk intens en druk programma niet alleen hier op Maitreya plaatsvond, maar onophoudelijk, het hele jaar door, ergens op een plek in de wereld, in de FPMT mandala, steeds weer omringd door vele vele studenten.

Jan Paul Kool

Vele van die studenten waren nu ook naar ons gekomen want gedurende enige tijd was er al niet meer zo een intensieve Lam.Rim kursus geweest. Er kwamen veel studenten uit Spanje, Frankrijk, Duitsland, Engeland en Italië. Maar ook uit landen als Noorwegen, Zweden, Finland, Roemenië, Brazilië, India, Nepal en de Verenigde Staten.

Het programma begon 's ochtends met De Offerande aan de Spirituele Meesters, populair de Goeroe Poedja genoemd. De Spirituele Leraar is de basis van alle goede eigenschappen die we kunnen ontwikkelen en daarom een goede start van de dag voor de vroege vogels onder ons. 's Ochtends en 's middags was er les waarbij de nadruk vooral op de leegte lag. Deze werd langdurig en vanuit verrassend nieuwe gezichtspunten behandeld. Zowel het onderricht

Jan-Paul Kool

Lama Ösel Rinpochee arriveert

Jan-Paul Kool

Tijdens Lang Leven poedja

over de juiste toewijding aan de spirituele leraar als de leegte is iets wat de lama's het laatste jaar bij ons westerlingen benadrukken. Zijn we er eindelijk rijp voor? Maar ook de perfecte menselijke geboorte, dood, vergankelijkheid en de verlichtingsgeest kwamen aan de orde. En niet te vergeten het voor menig westers beginneling moeilijk te verteren onderricht over de lagere bestaanswerelden.

Lama Zopa staat erom bekend dat hij deze in detail behandelt, zo ook bij ons, vooral de hellen. Deze keer kwam de ervaring van deze bestaanswerelden angstvallig naderbij doordat Lama Zopa steeds weer begon met een "helse" ervaring uit onze menselijke bestaanswereld. Maar toch lijkt het of mijn (onze?) geest er nooit helemaal aan wil, tenzij we zelf in een dergelijke ervaring zitten.

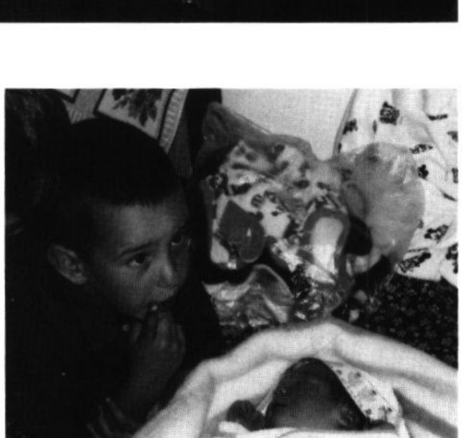
Deze helse ervaringen werden in detail besproken in de laatste week van de initiaties waarin Lama Zopa doorging met lesgeven over de Lam.Rim en 's avonds met het onderricht over de hellen als motivatie om de initiatie te nemen om zelf nu echt eens van al dat lijden bevrijd te willen worden en vanuit het doorleefde inzicht van je eigen penibele situatie het verkrijgen van een inlevingsvermogen in het ondragelijke lijden van alle anderen om ons heen, om sterk de wens te ontwikkelen zo snel mogelijk ons hoogste potentieel te vervullen omdat we dan pas daadwerkelijk in staat zijn al die wezens daarbij optimaal te helpen. Ja, alweer dus vaak een hele lange motivatie, gevolgd door een korte, snelle initiatie alsof Lama Zopa ons bij wilde brengen dat we zonder de juiste motivatie -de verlichtingsgeest - eigenlijk niet aan de initiatie hoefden te beginnen. Soms had ik het gevoel dat die lange motivatie al de eigenlijke initiatie was.

Het verrassende vond ik de inleiding

Jan-Paul Kool

op de Citta-Mani Tara initiatie waar Rinpochee ons vertelde dat Tara altijd bij ons is en altijd voor ons zorgt, zelfs als wij haar niet als zodanig herkennen. Vanaf het moment dat wij met de Dharma in contact kwamen (of ook al daarvoor?) zorgde zij voor ons in de vorm van onze spirituele leraren, die onscheidelijk één zijn met haar, met Tara's Heilige Geest, de Dharmakaya, de heilige Geest van alle verlichte wezens. Maar niet alleen in de vorm van onze spirituele leraar helpt zij ons maar ook door een boodschap, een boodschapper of bijvoorbeeld door een boek. Op vele manieren begeleidt en zorgt zij voor ons.

En dat besloot drie weken les. De eigenlijke afsluiting was met een Goeroe Poedja als dankzegging voor het vele onderricht waarbij ook Lama Ösel aanwezig was, die halverwege de kursus arriveerde uit Zwitserland waar hij in Rabten



Jan-Paul Kool

De baby van Tenzin en Tenzin: Tenzin (een jongen)

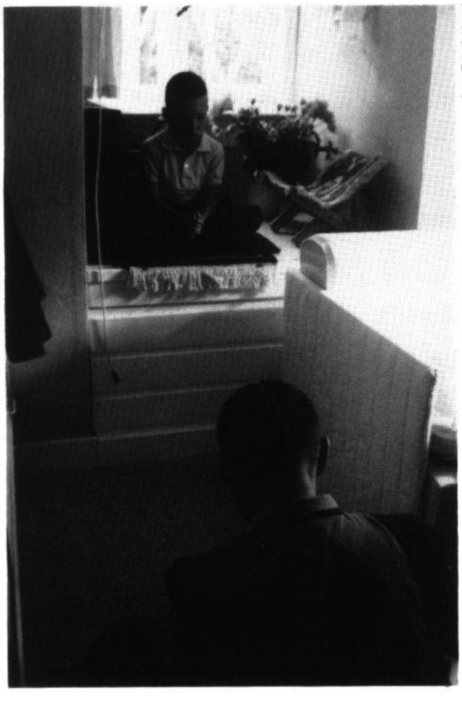
Choeling Tibetaans leert, teksten uit zijn hoofd leert, speelt en skiet.

Bij de aankomst van Lama Ösel leidde Lama Zopa hem meteen naar de meditatietent en zette hem op de troon. We maakten met Lama Zopa als voorganger onder het doen van gebeden neerbuigingen voor Lama Ösel en boden hem een mandala en lang leven gebed aan. Hij zat stralend op de troon, met die lieve en soms zo ondeugende jongensachtige glimlach op zijn gezicht. Ik moest aan Lama Zopa's woorden denken toen hij zei:

Jan-Paul Kool

Tijdens Lang Leven poedja

"Lama Yeshe zou blij zijn met deze Lam.Rim kursus op zo'n grote schaal, Lama hield van groot". De rest van de tijd dat hij bij ons was studeerde hij 's ochtend onder de bekwame leiding van zijn verzorger Basili. Ik hoorde hem 's ochtends de eenentwintig verzen van Tara uit zijn hoofd leren met een gedegen Tibetaanse aanpak. Als hij een fout maakte moest hij het nog een keer overdoen, bij twee fouten twee keer en bij drie fouten drie keer. Als hij dit drie keer over moest doen kreeg hij zijn stemmetje toch iets zieligs. 's Middags heeft hij samen met zijn moeder Maria, die zichtbaar genoot, en zijn twee Spaanse vriendjes Lobsang en Gelek en Jan-Paul menig Nederlands avonturenpark bezocht. Volledig in de lijn van Lama Yeshe.



Jan-Paul Kool

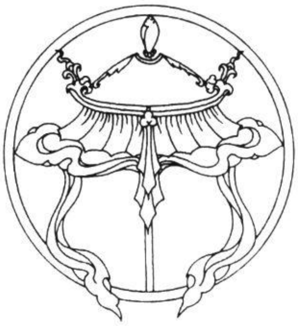
Hoogtepunt was de Lang Leven Poedja voor Lama Ösel Rinpochee en Lama Zopa Rinpochee, waar Lama Ösel een proeve van zijn kunnen gaf door zo'n vijftien à twintig minuten lang met de microfoon voor zich, als een echte lama, zijn gebeden zelf in te zetten als voorzanger. Wij reciteerden met hem de Ga.dan.lha.gyä.ma (De Goeroe Yoga met Lama Tsong Khapa) en de Yön.tän Zhi.gyur.mä (De basis van alle goede eigenschappen). Ik raakte ontroerd en ik wist mij niet de enige. Hij was terug, daar zat hij alweer op de troon te reciteren en ging ons daar in voor. De onmetelijke vriendelijkheid van Lama Yeshe. Hij deed het zonder enige hapering en net zoals Lama Yeshe, volkomen in contrôle.

Het was fijn om ze weer naast elkaar op de troon te zien zitten. Lama Zopa zich steeds weer vol aandacht liefdevol naar hem vooroverbuigend als Lama Ösel hem iets vroeg. Opnieuw, net zoals tijdens Lama Yeshe's leven, ons een voorbeeld gevend in goeroe devotie, in welk aspect de goeroe ook verschijnt. En Lama Ösel die altijd alles met hem deelde en hem tijdens de rituelen zo nauwkeurig nadeed met zijn damaroe, bel en vadjra. De inspirerende gesprekken tussen die twee waar Lama Zopa hem deskundig begeleidt om het volle potentieel weer zo snel mogelijk naar boven te halen zoals die keer dat Lama Ösel hem vol enthousiasme een glinsterende knikker liet zien en zei dat die al je wensen vervult. Waarop Lama Zopa aan hem vroeg: "En wat ga je er dan mee doen Lama?" Hij beantwoordde dit met: "Dan kan ik iedereen helpen, dan kan ik ze alles geven wat ze willen."

En dat waren ze dan, drie mooie intensieve weken die niet tot stand waren gekomen zonder de inzet van een groot aantal mensen, waarvan sommigen zelf niet de tijd hadden om bij "hun" Lama te zijn of zijn lessen te volgen, of zonder de studenten, die lange intensieve dagen maakten en die zich door niets daarvan lieten weerhouden, zelfs niet door de regen (de meesten kampeerden) en niet op de laatste plaats door de lama's zonder wiens vriendelijke goedheid het überhaupt nooit begonnen was. Onderlinge afhankelijkheid dus en daardoor leeg van zelfbestaan dat hebben we (intellectueel) wel geleerd na zoveel lessen over de leegte.

Met dank aan allen.

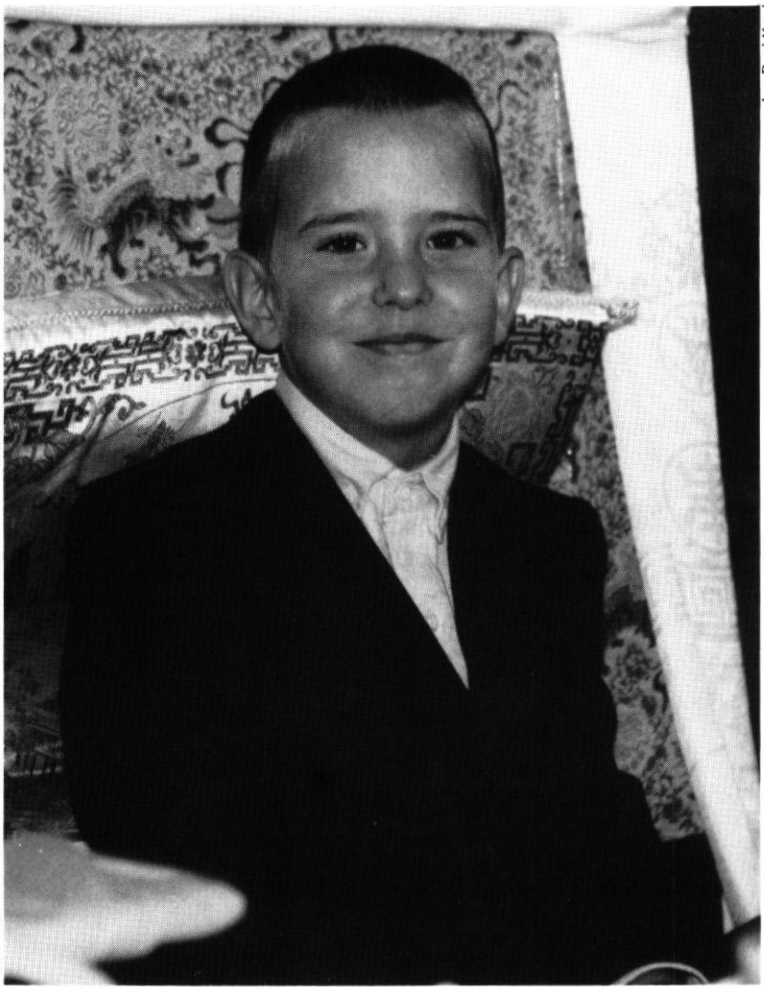
Margot Kool-Stumpel



Jan-Paul Kool

Mandala Offerande

Niet vergeten


Jan-Paul Kool

Vandaag hebben we een lang leven poedja aangeboden aan Lama die in zijn oude aspect is overleden en in zijn nieuwe vorm is teruggekomen als onze gids.

Hoewel ik slechts een heel klein beetje kennis van de Dharma heb, reis ik van het ene naar het andere land rond de wereld. Lama vond het altijd erg fijn om rond de wereld te reizen en naar het westen te gaan en hoewel ik niet wilde gaan bleef hij me aansporen hem te vergezellen. Er zal dus wel een reden voor zijn geweest. Ik realiseerde me pas veel later dat ik zelfs al moeite had om Lawudo te verlaten. Ik stond niet op, terwijl er een helicopter op me stond te wachten.

Maar dat is lang geleden in de tijd van Lama. Ik heb het niet zo goed gedaan en realiseerde me pas later, toen Lama al was overleden, dat hij me vaak had aangespoord naar het westen te gaan, hoewel ik niemand voordeel kon bezorgen. Ik zag niet in hoe ik mensen zou kunnen helpen met het kleine beetje Dharma-kennis dat ik beoefende. Ik dacht juist dat het beter was om op een rustige plaats te blijven.

Maar tot Lama Tenzin Ösel Rinpochee klaar is om les te geven in het westen in de centra en op andere plaatsen aan de levende wezens ben ik van plan om zo door te gaan.

We nodigen hoge gekwalificeerde leraren uit als gastleraren in onze centra en als zij komen ontvangen we hen en accepteren hun vriendelijkheid ons te helpen, maar we moeten nooit, nee nooit vergeten dat dit Lama's incarnatie is. Lama die teruggekomen is in zijn nieuwe vorm. Dat moeten wij niet vergeten. Ik vind dat ik moet benadrukken dat we degene die al deze centra tot stand gebracht heeft vanaf het begin waaronder het Maitreya Instituut, niet mogen vergeten. Er zijn zoveel levende wezens daardoor met de Dharma in contact gekomen dat we Lama die in een nieuwe vorm is teruggekomen niet op de achtergrond kunnen stellen terwijl we zo fortuinlijk zijn andere hoge gekwalificeerde lama's te kunnen ontmoeten.

Ik denk dat het mijn verantwoordelijkheid is om deze dingen te zeggen omdat Lama mij in het verleden zoveel heeft meegesleurd naar het westen om voor zijn westerse studenten deze organisatie tot stand te brengen. Ik dank jullie allemaal.

Lama Zopa Rinpochee
(Slotwoord na de Lam Rim Kursus op 24 augustus 1990.)

LAMA ÖSEL RINPOCHEE FONDS

Ergens geld voor vragen is nooit gemakkelijk vooral niet in het Dharma circuit waar al zoveel voor zovelen gevraagd wordt. Dit keer vragen wij uw steun voor het Lama Ösel fonds. Je kunt denken: "Maar ik ken Lama Ösel helemaal niet en Lama Yeshe ook niet."

Maar vergeet niet... zonder zijn inspiratie zou het Maitreya Instituut niet bestaan, zou je het Dharma onderricht niet ontmoet hebben. Je hebt misschien je eigen leraar ontmoet en kunt hem sponsoren of misschien één van de monnikjes van zijn klooster. Dat je dit tijdschrift nu zit te lezen komt omdat we op Lama Yeshe's aanraden met dit tijdschrift begonnen zijn.

Geshe-la zei eens tijdens een les: "Omdat we onze moeders van voorgaande levens niet kennen wil dit niet zeggen dat zij er niet geweest zijn, net zoals wij ons dingen uit het begin van ons eigen leven niet meer kunnen herinneren en toch hebben meegemaakt. Daardoor kunnen we ons ook niet meer hun goedheid herinneren terwijl ze toch zo heel goed voor ons geweest zijn.

Des te meer geldt dit voor onze spirituele vriend en leraar die door de weg naar de verlichting te onderrichten oneindig goed voor ons is.

Lama Ösel is voor de meeste van ons nog niet de grote Spirituele Meester omdat hij formeel in dit leven nog geen les kan geven, anders was het gemakkelijker om te geven.

Hij is echter voor zijn verdere opvoeding - om zijn grote potentieel weer zo snel mogelijk naar boven te brengen en te doen groeien - afhankelijk van onze financiële "goodwill". Gaarne zien wij uw financiële bijdragen tegemoet op onze bank rek.nr. 658511548 of postbank 4305057 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst met vermelding van: Lama Ösel Fonds.

Toevlucht

Bij toevlucht, aldus de dikke Van Dale, gaat het om bescherming - steun - hulp - troost enzovoort en om mensen, zaken of middelen die het gevraagde of gezochte kunnen verschaffen.

Het boeddhistisch Gebed om Toevlucht is opvallend praktisch en efficiënt want het laat toevlucht als het ware inkapselen in de Drie Juwelen Boeddha - Dharma - Sangha met de grondgedachte dat de toevluchtzoekende of -nemende volledig opgevangen wordt binnen die Principedriehoek, of DrieEenheid. Een andere observatie is die van de ons omringende Natuur.

Deze vertoont ons, bij aandachtige observatie, een verbazingwekkende diversiteit van toevluchtsverschijnselen welke van mens tot mens, van dier tot dier etc. verschillen, en tegelijkertijd een verbluffende eenvoud gepaard aan originaliteit en effectiviteit. Het slakkenhuisje, de vleermuisgrotten zijn er maar twee voorbeelden van. Dat alles is al eeuwen zo, want sinds er sprake was - en nog steeds is - van leven is er in dat proces een mechanisme ingebouwd dat door de mens - wie anders - van het label 'toevlucht' is voorzien.

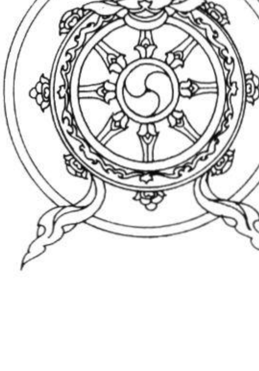
Wie proberen wil, toevlucht te begrijpen zal moeten zoeken naar de oorzaak daarvan en komt vlot genoeg tot de ontdekking dat die oorzaak 'bedreiging' wordt genoemd. Bedreiging is er in allerlei variaties en de ergste daarvan is de dood, zo meent de doorsnee mens die niet in staat is voorbij de punt van z'n eigen neus te kijken.

Díe mens begrijpt niet dat de dood een tussenstation is van het eeuwige vernieuwingsproces dat in handen is van Dharma en door Dharma-Zelf gecontroleerd en ten uitvoer wordt gebracht. Díe mens zal ook nimmer begrijpen dat Dharma Zelf een gigantische toevlucht voor zichzelf gecreëerd heeft. Die gigantische toevlucht staat onder Dharma-studenten onder twee benamingen: Sambhogakaya en Nirmanakaya, bekend. Dat zijn de twee werelden waarin Dharma ZIJN toevlucht heeft gezocht EN gevonden. En een van de uitingsvormen van één van die twee werelden is het levende schepsel dat zichzelf met de term 'mens' heeft vereeuwigd.

Wat Dharma betreft behoeft de mens niet en nooit te vrezen dat deze ook maar één steekje heeft laten vallen of ooit zal laten vallen in het Grote Breiwerk dat door ons mensen 'Schepping' wordt genoemd. Helaas kan datzelfde niet gezegd worden van de mens of mensheid: bij die club is het, alweer sinds eeuwen, keer op keer fout gegaan, en - anno 1990 - is daarin maar (bedroevend) weinig verbetering vast te stellen. Steeds weer is het Dharma die deze fouten herstelt, soms op een bliksemsnelle spectaculaire manier, maar in de meeste gevallen op de lange, evolutionaire baan. Daaruit kan iedereen voor zichzelf de gevolgtrekking maken dat Dharma NET ZO LEVEND is als elk ander levend schepsel, en niet zo maar een of ander goedkoop fantasieverhaaltje. Dharma is pure levensechte Waarheid.

Met toevlucht kan men overigens álle kanten heen, van het intens goede uiterste tot het onvoorstelbaar slechte uiterste en wie nog voorbeelden nodig heeft moet de vele dagbladen er maar op nalezen. Een inventarisatie maken van de gebieden waar het fenomeen 'toevlucht' zich kenbaar maakt is een haast ondoenlijke zaak. Toch vallen er enkele belangrijke uitzonderingen te noteren. Zoals bijvoorbeeld de 'bewustzijnsparagraaf', of die van het sociale belang of het onderwerp van de disciplineontwikkeling of de reden waarom (Tibetaanse) boeddhisten er een speciaal gebed voor hebben ingesteld. Goed beschouw is toevlucht eigenlijk een panacee, een (soort) wondermiddel. Het is bovendien een onopvallend en zeker niet buitennissig middel want wie een boterham neemt om de honger te verdrijven zal daarbij in de laatste plaats denken aan toevlucht. Wie last heeft van verlatenheid of eenzaamheid en het bruine cafe binnenstapt om 'gezelligheid' op te zoeken zal ook niet meteen zoiets denken van "ha, ik zoek toevlucht".

Toevlucht impliceert een verbinding, een samenhang etc. dan wel het herstel van een voorheen bestaande verbondenheid. Die samenhang is de grondslag voor wat wij mensen het sociale besef noemen. In dat sociale besef is evenwel ook verdisconteerd dat geen enkel levend schepsel een absolute onafhankelijke onverbondheid vertegenwoordigt. En zo is het sociale besef direct of minder rechtstreeks verwant met datgene wat wij (zelf)bewustzijn noemen. Kortom, het gehele doen en laten van elk mens is één onafgebroken continuüm van toevlucht maar tegelijkertijd ook van "uit"vlucht en van "ont"vluchting. Men kan het als het ware ook beschouwen als een zich-los-maken van iets wat geweest is (een bevrijdig of verlossing dus) gevolgd door een zich-opnieuw-verbindenmet iets wat zich aandient. Oosterse of yogische (yoga betekent samenhang of verbinding) wetten zoals Karma, Bhakti, Raja, Jnana enz. krijgen door de voorgaande belichting een verder reikende betekenis ten aanzien van de combinatie van geestelijke en materiële hoedanigheden van het menselijk schepsel dan de traditioneel gangbare. De ruwste schetslijnen met betrekking tot 'toevlucht' zijn neergelegd en iedereen kan daar verder mee aan het werk.



TOEVLUCHTSGEBED

Het Toevluchtsgebed kan men bijvoorbeeld opvatten als een ontsnappings- of ontvluchtingsgebed, een gebed waarmee men probeert aan een of ander dreigend gevaar te ontkomen. Of een gevaar reeds aanwezig is of nog komen moet, speelt eveneens een rol, zoals ook de vorm waarin dat gevaar zich hult een rol vervult. In z'n algemeenheid en totaliteit heeft een gevaar of een dreiging meer dan één aangezicht, en geen enkele dag van een mensenleven is er vrij van.

Het komt er derhalve op aan dat de mens een studie gaat maken van de oorzaken die er aan ten grondslag (kunnen) liggen. En bij die studie komt men zonder uitzondering (altijd) uit op zichzelf, hetzij dat men iets 'gedaan' dan wel iets 'nagelaten' heeft. Dat wil zeggen 'gedaan in de foute richting' of 'nagelaten in de goede richting'. Dat 'zichzelf' van elke mens is maar een uiterst ingewikkeld geheel van vermogens, karaktertrekken, ontwikkelingsresultaten, levensondervindingen enzovoort waarbij de zogenaamde 'buitenwereld' ook nog een stevige orkestpartij meespeelt. Ziedaar het complexe gegeven waarmee elk borelingske onmiddellijk na het verlaten van de baarmoeder geconfronteerd wordt. Per saldo worden die gevaren en dreigingen er met het verstrijken van de levensjaren niet minder op, en er zit dus voor de mens niets anders op dan te leren zich op de 'goede' wijze daarop in te stellen.

Bij de opsporing van oorzaken die aan gevaar en/of dreiging ten grondslag liggen komt men na veel omwegen en hindernissen uiteindelijk terecht bij de machtigste en allesoverheersende oorzaak. Die oorzaak draagt een duidelijke naam: ONWETENDHEID of AVIDIYA zoals de Sanskrietterm luidt. En wanneer men nu de tantra van Onwetendheid opspoort, vindt men WIJSHEID of WETEN, ofwel VIDIYA in het Sanskriet. Wijsheid komt de mens echter niet zó maar aangewaaid, men moet er wat voor doen en niet zo'n beetje ook. Waar en hoe ligt nu de relatie van Wijsheid met het Toevluchtsgebed?

Wie zich de tekst van het Toevluchtsgebed herinnert, en het kost weinig moeite die uit het hoofd te leren, weet dat het gaat om de Drie Juwelen in de eerste plaats en in de tweede plaats om de strikte, de vaste volgorde van BOEDDHA - DHARMA - SANGHA. Het feit dat in het boeddhisme over 'Juwelen' wordt gesproken spreekt dacht ik

voor zichzelf, met name dat er sprake is van de allerkostbaarste schatten die er op Aarde te vinden zijn. Schatten die een onverwoordbare rijkdom vertegenwoordigen en bovendien onaantastbaar zijn voor welk gevaar of dreiging van gevaar dan ook. Het kost elke Dharmastudent een 'Hercules' inspanning de realiteit van die onverwoordbare rijkdom te verwerven. Een troost is echter dat die rijkdom binnen 's mensen bereik ligt, getuige de vele illustere voorgangers met Prins Siddhartha Gautama voorop. En noemen wij onszelf niet de antropologische erfgenamen van de Indo-Ariërs? Noblesse oblige, ofwel Adel heeft z'n verplichtingen.

De eenvoud en gelijktijdig de geconcentreerde kracht van de gebedstekst spreekt heel sterk aan, klip en klaar zonder poespas. Nomaden in de ruige en rotsharde omgeving van het Himalaya-complex hebben in geval van gevaar of dreiging geen tijd voor allerlei franje. Op de Principes komt het aan, daar komt ook alle heil en zegen maar ook alle ellende vandaan. Daar moet van ons uitgaande ook alle hulde, alle lofprijzing, liefde en toewijding naar toe gericht worden. De boeddhist die dit gebed dagelijks

een X aantal keren reciteert heeft het begrepen en zó is ook de eeuwige bedoeling van Dharma: de (bewuste) handhaving van de gevestigde orde van wederkerigheid tussen Dharma en zijn hoogsteigen schepping 'de Mens'. Milarepa de Groene Yogi heeft er z'n hele leven aan besteed en dit vastgelegd in de vermaarde 'Duizend Hymnes'.

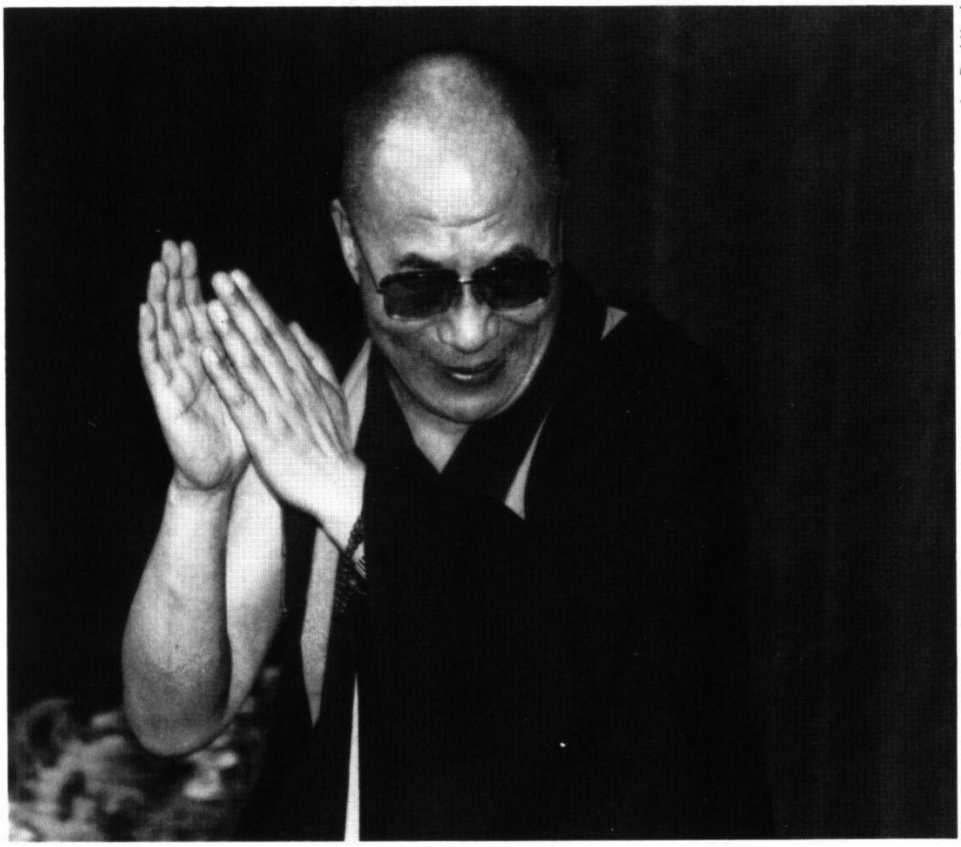
Uit het rijtje Boeddha - Dharma - Sangha treedt ook de verbluffende doelgerichtheid naar voren. De trouwe boeddhist en de serieuze Dharmastudent zoeken toevlucht omwille van het INZICHT. Want Boeddha betekent onder meer 'verlicht inzicht' en elk mens die meent zinnig te denken, weet dat het in de eerste plaats gaat om inzicht te verwerven. Iedereen zal moeten erkennen dat men zonder inzicht niet verder komt in het leven. Maar óók inzicht is onderworpen aan de natuurwetten van geboorte en groei. Zolang inzicht (nog) niet geboren is, heerst oppermachtig AVIDIYA, de Onwetendheid. Lichamelijke geboorte en geboorte van inzicht geschieden niet op hetzelfde uur U.

Onze hoogst bewonderenswaardige Voorloper en Gids, Prins Siddhartha Gautama was en is er het excellente voorbeeld van. Het was ver in de twintiger jaren dat bij hem inzicht geboren werd tijdens de confrontatie met de van trieste ellende afgetobde grijsaard die - zeer waarschijnlijk - tijdens de ontmoeting de knokige restanten van wat eens twee handen waren omhoog hield voor het ontvangen van een aalmoes. Wat zich in het gemoed van de machtig-rijke kroonprins moet hebben afgespeeld, laat zich slechts raden, maar de gevolgen van die ontmoeting zijn ons bij mondelinge en schriftelijke overlevering bekend. Die oude afgeleefde bedelaar gaf met z'n aalmoesgebaar uitdrukking aan de behoefte van toevlucht. En de machtige Prins? Hij pakte de boodschap op en ging op zoek naar BOEDDHA, naar INZICHT.

Als afsluiting van dit opstel nog een vraag: Bent u, beste lezer(es) de mening toegedaan dat de gebedsenergie welke door duizenden maal nog eens duizenden mensen gedurende eeuwen geïnvesteerd is in het Toevluchtsgebed verloren is gegaan? En hoe zit dat dan met onze moderne westers-wetenschappelijke opvatting dat energie nimmer verloren gaat?

1 augustus 1990, Utrecht
D. Bakker

Vrijheid in ballingschap



Jan-Paul Kool

DE AUTOBIOGRAFIE VAN DE DALAI LAMA VAN TIBET

Belangrijke politieke en geestelijke leiders komen en gaan, en hun roem is vaak even kortstondig als vergangkelijk. Ogenschijnlijk minder belangrijke figuren blijken echter al vele jaren lang een beslissende invloed uit te oefenen binnen een steeds veranderende kultuur. Eén van hen is de veertiende Dalai Lama van Tibet, die al tientallen jaren grote bekendheid geniet vanwege zijn boeiende en menselijke toespraken, en zijn geweldloze streven om niet alleen Tibet te bevrijden van zijn onderdrukkers, maar de hele mensheid te helpen om het lijden te verminderen. Voor zijn mateloze inspanningen ontving hij in 1989 de Nobelprijs voor de Vrede. Dit was de aanleiding voor het schrijven van zijn openhartige en boeiende autobiografie onder de titel *Vrijheid in ballingschap.*

De huidige Dalai Lama werd in 1935 geboren in Takster, een klein gehucht in Oost-Tibet. Zijn ouders waren eenvoudige boeren die een gemengd bedrijf hadden, en in het barre klimaat wat daar heerste, net hun hoofd boven water konden houden.

Na het overlijden van de vorige (dertiende) Dalai Lama, werd een groep belangrijke boeddhistische leraren samengesteld die op zoek moest gaan naar de nieuwe reïnkarnatie. De tekenen wezen eerst in de richting van het gebied Kham en van de Kumbum, een beroemd klooster waar een van de broers van de Dalai Lama abt was. In de tijd dat de dertiende Dalai Lama opgebaard zat ontdekte men namelijk dat het hoofd, dat eerst in zuidelijke richting keek, na verloop van tijd naar het noord-oosten was gewend. Kort daarna kreeg de regent een visioen. Kijkend in het water van het heilige meer Lhamoi Latso, in Zuid-Tibet, zag hij drie Tibetaanse letters: ***Ah, Ka*** en ***Ma.*** Tevens had de regent een visioen van een klooster met drie verdiepingen met een goud en turkoois dak en een pad dat de heuvels in liep. Daarna zag hij een huis met vreemd gevormde dakgoten, en dat bleek het huis van de huidige Dalai Lama te zijn.

De woorden 'Dalai Lama' betekenen 'oceaan' en 'leraar' en worden soms vertaald als 'oceaan van wijsheid'. Het is een funktie die in de vijftiende eeuw is ontstaan, waarbij de wereldlijke macht over Tibet (dat net zo groot is als West-Europa) gekombineerd is met het geestelijke leiderschap van de Gelukpa orde, de grootste orde binnen het Tibetaans boeddhisme. In die tijd was de Dalai Lama de 'God-koning' van Tibet en werd als zodanig door iedereen vereerd.

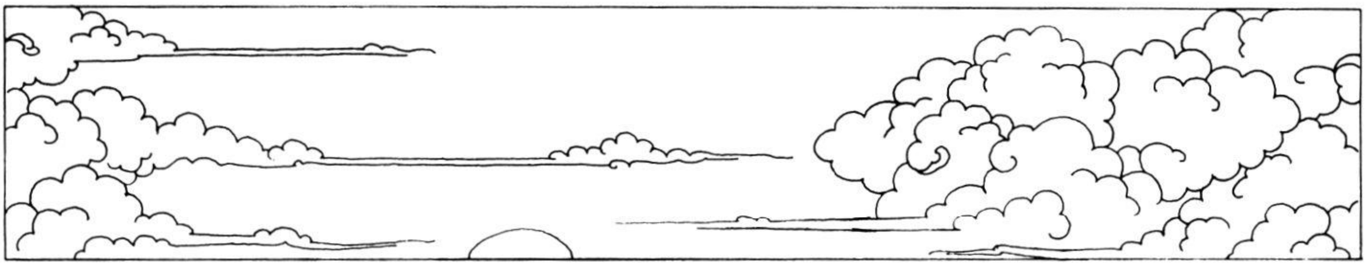
Volgens het boeddhisme gaat het handelen (of 'karma') van de mens nooit totaal verloren, maar wordt steeds opnieuw herboren. Belangrijke geestelijke leraren kunnen op bepaalde manieren als jonge inkarnatie herkend worden. Daarvoor kan de desbetreffende leraar tijdens zijn leven al bepaalde aanwijzingen hebben gegeven, of krijgen anderen na zijn sterven bepaalde visioenen. Deze geven aan waar en wanneer de nieuwe inkarnatie herboren zal worden. Het herkennen ervan gebeurt natuurlijk niet zomaar. Er zijn verschillende tests waaraan het kind onderworpen wordt voordat het als de inkarnatie van een bepaalde leraar wordt erkend.

In zijn autobiografie ***Vrijheid in ballingschap*** vertelt de Dalai Lama hoe hij het zelf ervaren heeft om als klein jongetje herkend te worden. De verwarring erom en de enorme eenzaamheid van zijn geïsoleerde opvoeding tot geestelijk leider van het land. Onmiddellijk na zijn ontdekking ontstonden er al problemen. De heerser van dat gebied, Ma Bufeng, vraagt aan de regering een heel hoog bedrag om de jonge Dalai Lama te laten gaan, en wanneer de regering in Lhasa daarin toestemt, wordt het bedrag opnieuw verhoogd. Het is ook pas een jaar later dat de jonge Dalai Lama naar Lhasa vertrekt, een reis van enkele maanden. Hij is dan net drie jaar oud!

Ongeveer een jaar later kreeg hij de geestelijke leiding over Tibet en als vierjarige vervulde hij al verschillende belangrijke funkties.

"Er was één feest waar ik zeer gemengde gevoelens over had. Dat was ***Mönlam,*** direkt na het Nieuwjaarsfeest. De reden daarvan was dat ik, als Dalai Lama, zelfs toen ik nog zo jong was, deel moest nemen aan vrijwel heel de ceremonie. Bovendien had ik omstreeks die tijd altijd griep, net als tegenwoordig wanneer ik in Bodh Gaya in India ben. Dat kwam omdat ik tijdens ***Mönlam*** in een aantal vertrekken in de Jokhang tempel logeerde, die nog vuiler en stoffiger waren dan mijn kamers in de Potala.

"De ceremonie waar ik zo tegenop zag, vond 's middags plaats, aan het eind van de eerste van twee weken die aan



Mönlam waren gewijd. De regent begon altijd met een lange verhandeling over het leven van Boeddha Sakyamoeni. De ceremonie zelf duurde meer dan vier uur, en daarna moest ik uit mijn hoofd een lange en moeilijke passage uit de heilige teksten reciteren. Ik was zo zenuwachtig dat er geen woord van alles wat daarvoor was gezegd tot mij doordrong. Mijn senior Leraar, de regent, mijn junior Leraar en de Meesters van het Ritueel, van de Garderobe en van de Keuken waren al net zo nerveus als ik zelf. Ze maakten zich vooral bezorgd om het feit dat ik zo hoog op mijn troon zat, dat niemand mij ongemerkt kon voorzeggen als ik ergens bleef steken.

"Maar het onthouden van mijn tekst was nog maar de helft van het probleem. Omdat de ceremonie zo lang duurde, had ik nòg een grote angst: dat mijn blaas het niet zo lang zou uithouden. Maar uiteindelijk ging toch alles goed, zelfs de eerste keer toen ik nog zo klein was. Maar ik weet nog wel dat ik half flauw viel van angst, en op een gegeven moment zo versuft was dat ik niet meer wist wat er om mij heen gebeurde. Ik merkte zelfs niets meer van de duiven die in het gebouw rondvlogen en voedsel wegpikten van de offerschalen. Ik zag ze pas weer toen ik halverwege mijn toespraak was."

IN BALLINGSCHAP

Na een spektakulaire vlucht uit Lhasa, dwars door Tibet heen naar de Indiase grens, vestigde de Dalai Lama zich in Noord-India. Inmiddels werd de onderdrukking van de Tibetanen steeds wreder en mededogenlozer, en veel Tibetanen vluchtten eveneens naar India. Zo was de Dalai Lama in ballingschap niet alleen staatshoofd van Tibet, maar kreeg hij ook de verantwoordelijkheid over de aangroeiende stroom vluchtelingen (nu ca. 100.000) die overal nieuwe nederzettingen moesten stichten in een voor hun verzengend klimaat.

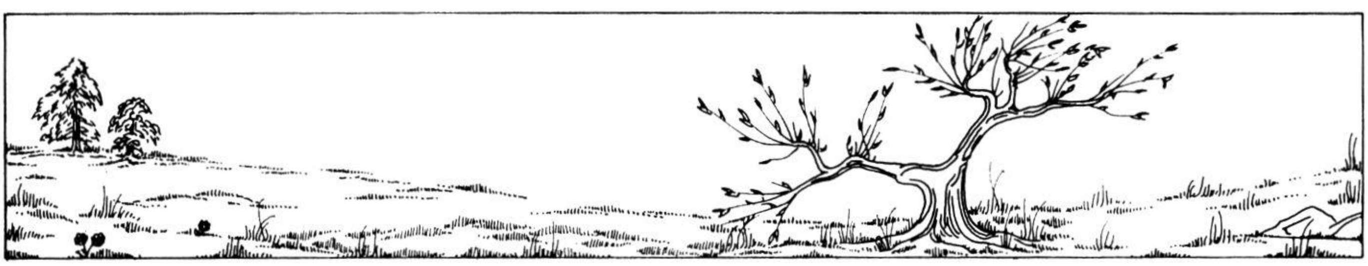
In Tibet zelf zorgde de 'kulturele revolutie' voor één van de grootste verwoestingen die ooit ter wereld een kultuur en een volk zijn aangedaan. Duizenden kloosters werden door de Chinezen vernietigd, monniken en nonnen gemarteld en gedood, voor miljarden aan kunstschatten geroofd, omgesmolten of op de internationale kunstmarkt verkocht. Van de Tibetaanse kultuur, eens de allerijkste ter wereld, is totaal niets meer over. Bibliotheken, met duizenden unieke geschriften, werden verbrand. Slechts een fraktie ervan is aan deze totale verwoesting ontkomen.

Maar behalve de materiële schade zijn door de Chinese overheersing een en een kwart miljoen Tibetanen gestorven, en zitten er duizenden gevangen, zonder enige vorm van proces. En dat terwijl de totale bevolking voor de inval van de Chinezen niet meer bedroeg dan zes miljoen. En wanneer de huidige politiek van onderdrukking zo doorgaat, zullen de Tibetanen binnen niet al te lange tijd volstrekt als volk zijn uitgeroeid.

Ondanks deze meest afgrijselijke gebeurtenissen, is de Dalai Lama blijven streven naar geweldloze oplossingen. In een deel van zijn autobiografie doet hij verslag van de vele politieke en geestelijke leiders die hij op zijn talrijke reizen in de loop der jaren heeft ontmoet. In de vele toespraken die hij de afgelopen jaren hield, legde hij altijd de nadruk op mededogen en universele verantwoordelijkheid, de verantwoording die wij als mensen hebben voor elkaar.

Zijn toespraken en interviews worden altijd weer gekenmerkt door een enorme openheid en eerlijkheid waarmee hij zijn boeddhistische visie geeft op de problemen van de mens, of die nu van persoonlijke aard zijn of zich op wereldschaal afspelen. Ook deze autobiografie is doortrokken van deze ontwapende oprechtheid, waardoor ***Vrijheid in ballingschap*** een bijzonder boek is van een bijzonder mens.

304 blz. met 31 foto's, prijs ƒ 37,50, isbn 90 6350 049 1.



Problemen oplossen

BOEKRECENTIE

Het boek "Problemen oplossen", met als ondertitel "Mahayana gedachtentransformatie" is een uniek boek. In dit boek, ontstaan uit lezingen gegeven door Lama Thubten Zopa Rinpochee, wordt de lezer op een heldere en bondige wijze een groot aantal methoden aangereikt om de kleine en grote problemen waar we allemaal mee te maken hebben op te lossen. Je moet dan wel voorbij de eerste alinea zijn gekomen waarin gezegd wordt dat "al je geluk en lijden niet afhankelijk zijn van externe factoren, maar door je eigen denkwereld gemaakt worden."

Oftewel: je bent zelf verantwoordelijk voor alles wat je meemaakt en ervaart.

Dit inzicht dient als basis voor het oplossen van al je problemen. Maar niet om er alleen maar zelf beter van te worden. Het woord "Mahayana" in de ondertitel geeft aan dat de onderliggende motivatie van gedachten-transformatie in de Mahayana-traditie er één is van liefde en mededogen voor je medemens. Alleen dan kan er voor eens en altijd een einde worden gemaakt aan het probleem der problemen, namelijk onze egoïstische, zelfkoesterende houding.

Door Lama Zopa's gedachtengang te volgen en 't op jezelf te betrekken krijg je af en toe flinke dreunen, omdat je steeds opnieuw duidelijk wordt gemaakt dat je eigen gedachten- en reactie-patronen waar je je al je leven lang aan vasthoudt de oorzaak zijn van je steeds opnieuw terugkerende problemen.

Met de nieuwe manieren van denken en reageren die Lama Zopa ons aangeeft worden problemen juist als iets nuttigs gezien, als mogelijkheden om geluk te ervaren! Zij die zulke methoden kunnen toepassen kunnen zich volgens Lama Zopa waarlijk gelukkig prijzen want voor hen is elke ervaring een bron van vreugde. Wat wil je nog meer.

Dit prachtige boekje is te verkrijgen bij het Maitreya Instituut en via de boekhandels: Lama Zopa Rinpochee: Problemen oplossen. Emst, Maitreya Uitgeverij 1990, ISBN 90-71886-04-2, ƒ 19,50.

Door: Edward Teunissen

Lofzang aan 21 Tara's

༄། །ༀ་རྗེ་བཙུན་མ་འཕགས་མ་སྒྲོལ་མ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།།
ཕྱག་འཚལ་སྒྲོལ་མ་ཏཱ་རེ་དཔལ་མོ།།
ཏུཏྟཱ་རེ་ཡིས་འཇིགས་ཀུན་སེལ་མ།།
ཏུ་རེ་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྟེར་མ།།
སྭཱ་ཧཱ་ཡི་གེར་བཅས་ལ་རབ་འདུད།།

ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་སྔར་མཉམ་མེད་ཇོ་བོ་རྗེ་སྙེ་ཐང་དུ་བཞུགས་སྐབས་སྐུ་གཟུགས་བསྙུན་ནས་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་ཚེ། རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མས་ཉིན་གཅིག་ལ་སྒྲོལ་མའི་བསྟོད་པ་ཁྲི་གཅིག་ཐོན་པར་གྱིས། ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་ན། ཇོ་བོ་རྗེས་ཉིན་གཅིག་ལ་མི་འགྲུབ་པས་ཐབས་ཅི་ཞིག་འཚལ། ཞེས་ཞུས་པས། དེའི་ལན་དུ་སྒྲོལ་མའི་བསྟོད་པ་ཤིན་ཏུ་བསྡུས་པ་འདི་ཉིད་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་མ་རང་གིས་དངོས་སུ་གསུངས་པས་བྱིན་རླབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ།། ||

DRÖL.MA NYER.CHIG.GI TÖ.PA DÜ.PA ZHUG.SO//

OM DJE.TSÜN.MA PHAG.MA DRÖL.MA.LA CHAG.TSÄL.LO/
CHAG.TSÄL DRÖL.MA TA.RE PA.MO/
TUT.TA.RA.YI DJIG.KÜN SEL.MA/
TU.RE DÖN.NAM THAM.CHÄ TER.MA/
SVA.HA YI.GER CHÄ.LA RAB. DÜ//

DE KORTE LOFZANG VAN DE ÉÉNENTWINTIG TARA'S

OM Hulde aan d'eerdbiedwaardige Arya Tara,
TARE aan U Heldin Bevrijdster betuig ik eerbied,
Met TUTTARE bent U de Ophefster van alle angst,
En als TURE een Schat van alle doelstellingen,
SVAHA voor U en voor de letters van Uw mantra buig ik neer!

Toen de ongeëvenaarde Meester Djowo Atisha in Nye Thang verbleef en zijn lichaam ziek was, richtte hij zijn verzoeken tot de eerbiedwaardige Arya Tara. De eerbiedwaardige Arya Tara gaf hem de opdracht dagelijks de lofzang aan Tara tienduizend maal te doen. Omdat de Meester Djowo Atisha dat niet op één dag kon volbrengen, verzocht hij Haar wat hij moest doen. Op dat verzoek gaf de eerbiedwaardige Arya Tara als antwoord deze bijzonder korte lofzang, die omdat ze door de eerbiedwaardige Tara zelf werd uitgesproken, enorm veel inspiratie draagt.

Uit het Tibetaans vertaald met advies van Sangra Djampa Rinpochee, door Gelong Thubten Tsépèl en Gelong Djampel Pharchin.

Uit de pers

Jan Paul Kool

KOMST VAN WEDERGEBOREN LERAAR GEEFT CURSUS MONNIKEN IN EMST EXTRA GLANS.

Van een onzer verslaggevers.

APELDOORN/EMST

Waxinelichtjes worden aangestoken, bloemen krijgen een plaatsje op het altaar en een monnik ontvangt de laatste instructies. Onder blauwe 'verkeersbordjes' aan de muur, voorzien van een witte 'P' en een getekende schoen, verzamelen zich honderden sandalen, slippers en ander schoeisel. Gelovigen bezetten de kleurrijke kussens die rond het altaar liggen. Alles in de grote tent van het Maitreya Instituut in Emst is in gereedheid voor de ontvangst van Lama Ösel en Lama Zopa Rinpochee.

Tien minuten later dan de bedoeling was begint de stem uit de luidspreker te zingen. De uit een vijftiental landen afkomstige aanwezigen nemen de melodie over. Minutenlang worden dezelfde woorden op dezelfde klanken herhaald. Dan is het grote moment aangebroken. Door een haag van klikkende fototoestellen komen de beide lama's binnen.

Honderden ogen zijn gericht op de kleine Lama Ösel, die voor de derde keer in zijn jonge leven in Nederland is. Gehuld in een paarse jurk stapt hij op het altaar af. De gele puntmuts op zijn hoofd geeft de vijfjarige het uiterlijk van een kabouter. Eenmaal in kleermakerszit gezeten op zijn troon, mag de muts af. Twee flapoortjes omlijsten een guitig gezicht.

Lama Ösel is de wedergeboorte van Lama Yeshe. Ooit waren Lama Zopa en hij onafscheidelijk. Ze ontmoetten elkaar voor het eerst in 1959, als vluchtelingen uit het door China bezette Tibet. Ze groeiden samen op, verdiepten zich in hun geloof en werden leraar (lama).

Toen Lama Yeshe in 1984 overleed ging Zopa op zoek naar zijn wedergeboorte. In een kind, dat een jaar later uit Spaanse leerlingen van hem werd geboren, herkende Zopa de incarnatie van zijn vroegere metgezel. Sindsdien wordt de kleine Spanjaard door alle Tibetaanse boeddhisten op handen gedragen.

Het begin van de feestelijke samenkomst bestaat uit eentonige gezangen. De vijfjarige krijgt een microfoon en een kinderstemmetje schalt uit de luidsprekers. Vele minuten lang geeft hij het tempo aan. Driehonderd volgelingen, voor wie de viering de afsluiting is van een veertiendaagse cursus over de grondbeginselen van het boeddhisme, zingen mee. Uit tal van Europese landen, maar ook uit de Verenigde Staten, Canada, Australië en Israël zijn ze naar het Veluwse Emst gekomen voor hun inwijding in het Oosterse geloof.

Meer dan een uur lang gaat het zingen door. Met een handje voor zijn mond probeert Lama Ösel opkomende geeuwen te verbergen. Een monnik op de voorste rij maakt een grapje in zijn richting. De jongen lacht, de lach van een deugniet.

Zijn belangrijkste taak bestaat op dat moment uit het getrouw copiëren van de bewegingen van Lama Zopa. Belletjes rinkelen, trommeltjes slaan, een beeldje in de hand, hij krabt zelfs op zijn kortgeschoren hoofd als de grote lama naast hem dat doet.

Na vijf kwartier is het hoogtepunt van de viering aangebroken. Nadat Lama Ösel in witte doeken verpakte boeddhabeeldjes heeft gekregen, mogen de gelovigen een voor een naar voren komen. Ze houden een witte sjaal voor hun gebogen hoofd. Lama Ösel pakt het stukje textiel in zijn knuistjes en legt het over honderden hoofden. Het gezang zwelt weer aan: voor een lang en gezond leven van Lama Zopa en Lama Ösel, de kostbaren.

Uit de Pers
Noord-Veluwe Dagblad
25-8-1990

BOEDDHISME MET TULPEN

DALAI LAMA: STAP NIET TE SNEL OVER OP VREEMDE RELIGIE

Door Wim Jansen

AMSTERDAM

Deze eeuw wordt de belangrijkste eeuw van de mensheid. Er is zoveel op wetenschappelijk en technologisch gebied bereikt. Ook in negatieve zin. Maar de menselijke natuur heeft de neiging juist op gevaarlijke momenten nieuwe ideeën te ontwikkelen.

Tenzin Gyatso, de veertiende Dalai Lama van Tibet, schept er genoegen in zijn vragenstellers in verwarring te brengen. En hij hanteert daarbij een optimistische levensvisie, waarbij alles kan worden gerelativeerd. Gaan we dan niet met z'n allen de ondergang tegemoet? Welnee. "De nucleaire dreiging had als gevolg een eerlijk en breed verlangen naar vrede. Iedereen zoekt nu naar alternatieven voor de problemen op militair en milieu-gebied. Daar ontmoeten wetenschap en techniek elkaar weer. Het belangrijkste is dat je je niet laat ontmoedigen."

De Dalai Lama, die in 1959 de Chinese bezetting van Tibet ontvluchtte, leeft sinds die tijd met een groot aantal volgelingen in ballingschap in India. Voor de zes miljoen Tibetanen is hij echter nog de onbetwiste leider, zowel 'staatshoofd' als geestelijk leidsman; een god-koning dus. Hij is enige dagen in Nederland om een symposium over kunst, wetenschap, onstoffelijkheid en economie op te luisteren. Gisteren was echter gereserveerd voor de dialoog met de achterban, die in Nederland vrij groot genoemd mag worden. Vooral nadat hij vorig jaar - tot woede van de Chinese bezetters - de Nobelprijs voor de vrede kreeg, is de belangstelling voor zijn opvattingen gegroeid.

GRIJNS

Allerlei vragen krijgt de geestelijk leider te beantwoorden tijdens het persgesprek. We kampen hier in het Westen met ernstige ziektes: hartziekten, kanker, aids. Wat kunnen we daar aan doen? ,,Je kunt ziekten te lijf gaan met de conventionele methode. Maar je kunt ook innerlijke vrede proberen te bereiken, hartziekten hebben ook te maken met het gebrek aan innerlijke rust. In Tibet gebruiken we in zo'n geval een mengeling van medicijnen, yoga en meditatie.

Soms helpt dat." Om er na een paar seconden stilte met een grijns aan toe te voegen: ,,En soms ook niet."

Daarmee waarschuwt de boeddhistische leider ook voor een al te dweperige benadering van de oosterse mystiek en godsdienst. Hij is niet bepaald een zieltjesjager: ,,Religie is belangrijk in het leven, welke godsdienst je aanhangt is daaraan ondergeschikt. De essentie is dat godsdienst zich bezig houdt met menselijke problemen en het menselijk lijden. Er zijn mensen in het Westen die belangstelling hebben voor oosterse religies. Ik adviseer deze mensen: als je nog geen geloof hebt, prima. Maar als je al met een traditioneel geloof bent opgevoed, denk er dan nog eens heel diep over na en concentreer je dan op de essentie ervan. Elke religie is door de eeuwen heen vermengd met plaatselijke aspecten. Ontwikkel dan maar een eigen Hollandse variant. Boeddhisme met wat meer tulpen."

De Dalai Lama noemt zichzelf 'een eenvoudige monnik', terwijl anderen in hem een levende Boeddha zien. En in Peking heet hij contrarevolutionair en een parasiet. Met kaalgeschoren hoofd, gekleed in zijn wijnrode pij met de rechterarm geheel ontbloot komt hij ontwapenend over, niet iemand die denkt als enige de wijsheid in pacht te hebben. Zijn kracht zit in het relativeren van alles, zelfs zijn eigen uitgangspunten - met uitzondering van de menselijke waardigheid en het mededogen.

Zelfs zijn opvattingen over geweldloosheid zijn niet absoluut. Is de Iraakse inval van Koeweit niet hetzelfde als de Chinese invasie in 1950 van Tibet? ,,Ach, u weet wel beter. Koeweit is een klein land, maar met veel olie. Tibet is een groot land, maar nog onontgonnen. Daar maalde de wereld niet om."

Toch wil hij wel ingaan op de vraag of de situatie in het Midden-Oosten met geweld zou moeten worden opgelost. ,,Ik ken de situatie in het Midden-Oosten onvoldoende om daarover te oordelen. Maar bij de vraag over het gebruik van geweld gaat het ook om het resultaat: in zijn algemeenheid is gewelddadige actie zeer moeilijk zinvol toe te passen. In de tweede wereldoorlog is men er met geweld in geslaagd een einde te maken aan de wreedheden van de nazi's. De Vietnam-oorlog heeft echter een diepe wond achtergelaten. Ik vrees dat een gewapend ingrijpen in het Midden-Oosten een hele diepe wond zal achterlaten, die moeilijk te helen is."

NIET GELUKKIG

Daarmee is ook de kwestie Tibet aangesneden. De volgelingen van de Dalai Lama hebben daar verschillende malen geweld gebruikt tegen de wrede Chinese onderdrukking. Niet met zijn instemming, maar hij heeft er begrip voor. Dit voorjaar werd de staat van beleg opgeheven en het lijkt er op dat Peking de teugels wat laat vieren. Herhaaldelijk heeft de Tibetaanse leider gezegd dat hij zal terugkeren als zijn volk weer gelukkig is. Hoever is dat moment nog verwijderd?

,,Mijn volk is absoluut niet gelukkig. Ondanks sommige verbeteringen, wordt de situatie almaar slechter. De militaire spanning tussen China en India is sterk aan het afnemen, maar daar komt een verhoogde militaire aanwezigheid in Tibet voor in de plaats. Er zijn inmiddels al zo'n 250- tot 300-duizend militairen in Tibet, en de Chinezen hebben besloten er meer te sturen. Negenennegentig procent van de Tibetanen is tegen de Chinese overheersing." Hoewel hij officieel geen politiek bedrijft als hij op buitenlandse toernee gaat, is het hem gelukt erkenning te vinden voor het trieste lot van de Tibetanen. Tibet is nooit lid geweest van de Verenigde Naties of van de Volkerenbond en strikt genomen is er voor het buitenland geen 'kwestie Tibet'. Maar in 1987 sprak hij met de Amerikaanse Senaat, die tot woede van Peking een anti-Chinese resolutie aannam. In 1988 sprak hij voor het Europees Parlement, het jaar daarop ontving de president van Mexico hem. En vandaag praat de Dalai Lama met minister Van den Broek van buitenlandse zaken. Toch een diplomatiek offensief? ,,Mijn reizen zijn cultureel-religieus geïnspireerd. Maar als iemand me wil spreken, dan ben ik daartoe natuurlijk bereid. Zeker hier in Nederland, waar altijd veel hulp is geweest voor de Tibetaanse vluchtelingen."

DEMOCRATIE

De ergste bedreiging voor Tibet vindt de Dalai Lama de volksverhuizing van Chinezen, die nu al in de meerderheid zijn en die de Tibetaanse cultuur van de aardbodem dreigen te vegen. Toch is hij ervan overtuigd dat er een wending ten goede komt. China zit ook met het probleem dat al die soldaten veel geld kosten. En van de Berlijnse Muur dacht ook iedereen dat die onverwoestbaar was. ,,Geen enkele macht kan het verlangen naar menselijke waardigheid en democratie beteugelen."

Met die democratie raakt hij een gevoelig punt. Tibet was vroeger een feodale staat, waar de geestelijkheid het voor het zeggen had en waar de bewoners nooit via de stembus om hun oordeel werd gevraagd. Op initiatief van de Dalai Lama is de Tibetaanse gemeenschap in het ballingsoord Dharamsala in India nu gedemocratiseerd. Op dat punt zorgde de Dalai Lama gisteren ook nog voor wereldnieuws: ,, Ik zal niet deelnemen aan de toekomstige, democratisch gekozen regering. De Tibetanen willen me waarschijnlijk wel, maar ik denk dat ik dan de nieuwe, creatieve ideeën in de weg zou staan."

Uit de Pers
Trouw, maandag 10 september 1990

DALAI LAMA HOUDT PLEIDOOI VOOR GEWELDLOOSHEID EN SPIRITUALITEIT

,,OORLOG IN MIDDEN-OOSTEN HEEFT HOGE PRIJS"

Van onze verslaggever John Schoonbrood

AMSTERDAM

De prijs van een oorlog in het Midden-Oosten is op lange termijn aanzienlijk. Volgens de Dalai Lama, de Tibetaanse boeddhistische leider en vorig jaar winnaar van de Nobelprijs voor de Vrede, kan een oorlog een snelle oplossing van het conflict opleveren. Maar die oplossing ,,veroorzaakt voor een lange periode een diepe wond die heel moeilijk te genezen zal zijn."

Tenzin Gyatso, de veertiende Dalai Lama van Tibet, opende zaterdag in Amsterdam het evenement ***Art meets Science and Spirituality in a changing economy*** dat tot doel heeft de blik van ondernemers te verbreden. In de aula van de Universiteit van Amsterdam sprak hij een paar honderd genodigden van het bedrijfsleven toe. Zijn toespraak was nogal esotorisch van aard.

Zondag onmoette hij in de Amsterdamse RAI vijftienhonderd Nederlandse boeddhisten en andere geïnteresseerden. Hier was zijn rede meer op een algemeen publiek gericht. Tussendoor nam hij het eerste exemplaar van zijn in het Nederlands vertaalde autobiografie in ontvangst.

De Dalai Lama leeft sinds 1959 in ballingschap in India. Hij werd door de Chinezen uit Tibet verdreven en vele Tibetanen zijn hem gevolgd. De hoogste lama heeft in de strijd om zijn geboorteland van de Chinese overheersers te bevrijden het gebruik van geweld altijd afgewezen. Voor die consequente houding heeft hij vorig jaar de Nobelprijs voor de Vrede ontvangen.

Het gebruik van geweld, zo betoogde hij, zou het de Chinese onderdrukkers makkelijker maken. Geweldloosheid maakt daarentegen op termijn de positie van de Chinezen onhoudbaar. ,,In vijf tot tien jaar zullen we in Tibet veranderingen zien", voorspelde de Dalai Lama.

Het was des te opmerkelijker dat hij in de dreigende oorlog tegen Irak het gebruik van militair geweld niet categorisch van de hand wees. Hij noemde het diplomatiek ,,een moeilijke situatie". Het voordeel van een snelle oplossing moet worden afgezet tegen ,,de immense bijwerking van een oorlog op de lange termijn". Die afweging is moeilijk te maken, zo betoogde hij: ,,Daarom is het veiliger om voor geweldloosheid te kiezen.".

Het centrale thema in zijn toespraken was mededogen ***(compassion)*** en liefde. Deze middelen zullen de wereld een stuk beter maken. ,,We hebben geen gebrek aan kennis, of aan geld, maar we hebben een gebrek aan hart. Als mensheid kunnen we het zelfs zonder religies stellen, maar niet zonder mededogen en liefde".

De westerse beschaving is te eenzijdig gericht. Wetenschap, technologie en economie hebben de aandacht te veel op de buitenwereld gevestigd en ondertussen is het innerlijke verwaarloosd, zo hield hij de deelnemers aan de opening van het symposium zaterdag voor.

Dat de mensheid zich de afgelopen eeuw het meeste leed aller tijden heeft aangedaan, schreef hij op het conto van de economie, technologie en wetenschap. ,,Het is belangrijk dat er meer aandacht wordt geschonken aan beide werelden, niet allen aan de buitenwereld. Het is even zo belangrijk om zorg te dragen voor de geest, het mentale. Het leven, de gemeenschap en de wereld moeten op een meer gebalanceerde manier worden benaderd."

De eenzijdige gerichtheid van de westerse cultuur zet steeds meer druk op de ketel. De Dalai Lama voorspelde daarom dat in het Westen de behoefte aan spiritualiteit zal toenemen.

Zondagochtend, tijdens een persconferentie ter gelegenheid van de verschijning van zijn autobiografie in het Nederlands, zei hij dat het Tibetaanse boeddhisme niet zomaar voor vele westerlingen toepasbaar is.

,,Een westerling en een oosterling zijn op het niveau van het lijden hetzelfde. Maar hebben we het over ceremonie, ritueel en cultuur, dan zijn ze verschillend. In het verleden zijn er nogal wat westerlingen geweest die het boeddhisme totaal aangenomen hebben. Met nogal wisselend succes.

,,Het is beter de essentie van de religie te nemen en daarbij eigen kenmerken en lokale aspecten te integreren. Dan krijgen we misschien een westers boeddhisme of een Hollands boeddhisme; een tulpen boeddhisme."

Art meets Science and Spirituality in a changing Economy is een discussiebijeenkomst die bedoeld is om de managers uit het bedrijfsleven meer visie te geven. De gebeurtenis, die 1,8 miljoen gulden kost, duurt tot vrijdag. Per dag discussiëren een wetenschapper, religieuze denker, econoom en kunstenaar met elkaar en met een select gezelschap van ongeveer 250 mensen. De meeste deelnemers zijn uitgenodigd door een van de tien ondernemingen die het projekt grotendeels hebben gefinancierd. Een los dagkaartje kost duizend gulden.

Maandag begint de discussie in het Stedelijk Museum met in het forum de Dalai Lama, de kunstenaar Rober Rauschenberg, de quantum-wetenschapper David Bohm en de Sovjet-econoom Stanislav Menshikov. Een videosamenvatting moet het resultaat voor een breder publiek gaan verspreiden.

Vaclav Havel, de president van Tsjechoslowakije, had graag bij de discussie aanwezig willen zijn, maar stuurde zaterdag een speciale gezant naar Amsterdam om te laten vertellen dat je als president niet zomaar het land uit kunt. ,,Als ergens kunst, wetenschap en spiritualiteit elkaar ontmoeten in een veranderende economie, dan is dat niet alleen in Amsterdam, maar op dit moment zeker in Oost-Europa."

Uit de Pers
Volkskrant
10-9-1990
(voorpagina)

Tibet-Huis

De organisatie van het bezoek van Z.H. de Dalai Lama in 1986 was de eerste grote manifestatie van de Stichting Ontmoeting Tibetaanse Cultuur (SOTC). Dit bezoek van de Dalai Lama zou echter de start van een volgend groot initiatief van de SOTC kunnen betekenen:

EEN TIBET-HUIS IN AMSTERDAM

Zoals u waarschijnlijk weet, bestaan er in New Delhi en in New York al TIBET-HUIZEN, centra van de Tibetaanse cultuur in al haar aspecten. Naar de mening van de SOTC is er in Nederland behoefte aan een soortgelijk centrum, waar:

- lezingen en films over Tibet, cursussen Tibetaans boeddhisme en de Tibetaanse taal gegeven en vertoond worden,
- een bibliotheek en documentatiecentrum ingericht worden,
- boeken over Tibet en het Tibetaans boeddhisme en Tibetaanse voorwerpen verkrijgbaar zijn,
- Tibetaanse artsen geraadpleegd kunnen worden,
- Tibetaanse muziek ten gehore gebracht wordt,
- diverse organisaties die voor Tibet of Tibetanen werken vergaderen,
- een permanente tentoonstelling is ingericht,
- een koffie/theehoek aanwezig is en/of een Tibetaans restaurant,
- een kleine gompa als meditatieruimte is ingericht.

De SOTC is zich ervan bewust, dat zo'n ambitieus project niet alleen veel inspanning, maar ook het nodige geld zal kosten. Alleen met behulp van vele anderen zou een TIBET-HUIS van de grond kunnen komen.

Als eerste fase van het project beschouwt de SOTC dan ook de inventarisatie van mensen die bereid zijn op een of ander wijze hun medewerking te verlenen. Misschien hebt u door uw beroep (b.v. architect, organisatiedeskundige, publiciteitsmedewerker) een speciale deskundigheid. Misschien zit u gewoon boordevol goede ideeën. De SOTC nodigt in elk geval een ieder uit, die op een of andere wijze wil helpen het TIBET-HUIS van plan tot werkelijkheid te laten worden.

U kunt bellen of schrijven naar het secretariaat van de SOTC: De Beaufortlaan 12, 3768 MJ Soest, tel. 02155-16841.

Drs. E.H. van Renswouw, voorzitter.

Programma

KURSUSINFORMATIE

Het centrum in Emst is per bus no: 124 te bereiken via NS station Apeldoorn of Zwolle, als u uitstapt halte: Laarstraat. Daar is een restaurant 'De Oude Aanleg' waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets drinken. Bij alle kursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de kursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij het restaurant. U kunt zelf ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat af te lopen tot u aan uw linkerhand het Maitreya Instituut tegenkomt. Elke kursist wordt verzocht pantoffels mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor ƒ 5,— per keer of zelf meenemen. **Kursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een kursus te zijn betaald.** Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. Er bestaat een beperkte mogelijkheid voor mensen die weinig geld hebben maar veel tijd om een forse korting te krijgen op het kursusgeld indien er als tegenprestatie extra schoonmaakwerk wordt verricht.

Per auto bereikt u ons centrum, dat ligt aan de Heemhoeveweg 2 of Laarstraat 27 te Emst:

Vanuit Utrecht: Neem de snelweg naar Zwolle. Afslag Epe. Bij Epe zijn stoplichten. Daar rechtsaf naar Emst. Na een paar honderd meter rechtsaf, de Laarstraat in, voor het restaurant "De Oude Aanleg". Laarstraat volgen tot verharde weg overgaat in zandpad. Zandpad volgen, links inrit Maitreya Instituut.
Vanuit Apeldoorn: Neem de snelweg naar Zwolle, afslag Epe, bij stoplicht linksaf naar Emst etc. zie hierboven.
Parkeren bij de hoofdingang voor kursisten aan de Heemhoeveweg. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.

LOKATIE

De kursussen worden gehouden in het centrum van het Maitreya Instituut. Het op de Veluwe gelegen centrum omvat 7 ha bos met daarop een woonhuis (waarin zich o.a. de kantoren en de winkel bevinden) en een kursuscentrum. Daarin bevinden zich zowel de meditatie cq. lesruimte, alsook de keuken, eetzaal, ontspanningsruimte, slaapverblijven en badkamers. In de vrije tijd die men heeft kan men uitstekend fietsen of wandelen in de omgeving met veel bossen en heide (zelf een fiets meenemen of huren).

VOORWAARDEN VOOR DEELNAME

Deelnemers aan kursussen dienen abonnee te zijn van het Maitreya Magazine voor het hele jaar 1990.
Het zich houden aan de 5 voorschriften en huisregels. 1. niet doden, 2. niet stelen, 3. geen sex, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of bedwelmende middelen gebruiken. De maaltijden, die vegetarisch zijn, worden verzorgd door een professionele kok.

Kursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een kursus te worden voldaan op girorekening 43.05.057 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst met vermelding van kursusdatum.

Elke vrijdagavond, zaterdagavond en **zondagavond** van 19.30 tot 21.00 uur. (Behalve 19 t/m 21 oktober en 16 t/m 18 november i.v.m. weekends Geshela.) Tot 1 december:

Uitgebreid Lam-Rim onderricht door Geshe Konchog Lhundup in het Engels vertaald door Tenzin Lama.

Op verzoek van bewoners van het Maitreya Instituut is Geshela vorig jaar begonnen met de uitleg van de Lam-Rim tekst "Nam.drul.lag.chang", (Liberation in the palm of your hand) geschreven door Z.H. Tri Djang Rinpochee, gebaseerd op de mondelinge overdracht van de grote meester Pabongka Rinpochee. In deze tekst worden alle onderdelen van de Lam-Rim in de finesses beschreven en uitgelegd door Geshela.

Reeds behandeld zijn: de kwaliteiten van de samenstellers van de tekst, de betrouwbaarheid van de oorspronkelijke tekst, het leven van Atisha en de zes voorbereidende beoefeningen voor meditatie.

Nu komt in de tekst aan de orde: de juiste wijze van toewijding aan een spirituele leraar en zal de tekst worden vervolgd.

Iedereen is van harte welkom deze lessen bij te wonen.

KOSTEN: Eventueel eten en slapen (tijdig opgeven) volgens onze verblijfstarieven. (abonnement Maitreya Magazine verplicht).
AANVANG: 19.30 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.

7 oktober
OPEN DAG BOEDDHISTISCHE UNIE NEDERLAND
in Maitreya Instituut te Emst

De B.U.N. is een organisatie waarin alle Nederlandse boeddhistische groeperingen elkaar jaarlijks kunnen ontmoeten.

Dit keer is het programma in het Maitreya Instituut in Emst. Het begint om 10.00 uur met de recitatie van de Hart-soetra en diverse rituelen. Eric Soyeux en anderen zullen een Carya-dans uit de Kalamandata traditie laten zien. Het Shambla orkest zorgt voor een muzikale noot. De lunch is om 12.00 uur en de besloten B.U.N. vergadering begint om 15.00 uur.

Iedere belangstellende is welkom.

KOSTEN LUNCH: ƒ 7.50.
AANVANG: Zondag 7 oktober om 10.00 uur in Emst.
AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.

19 t/m 21 oktober
THE THREE KAYAS OF BUDDHAHOOD
Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP
Engelse vertaling: Tenzin Lama

Voor zijn uitleg van de fysieke en mentale aspekten van De Drie Kaya's van het boeddhaschap zal de Lama Geshe Konchog Lhundup putten uit de Abhisamaya-alankara van Maitreya, die op schrift werd gesteld door de Indiase wijsgeer Asanga.

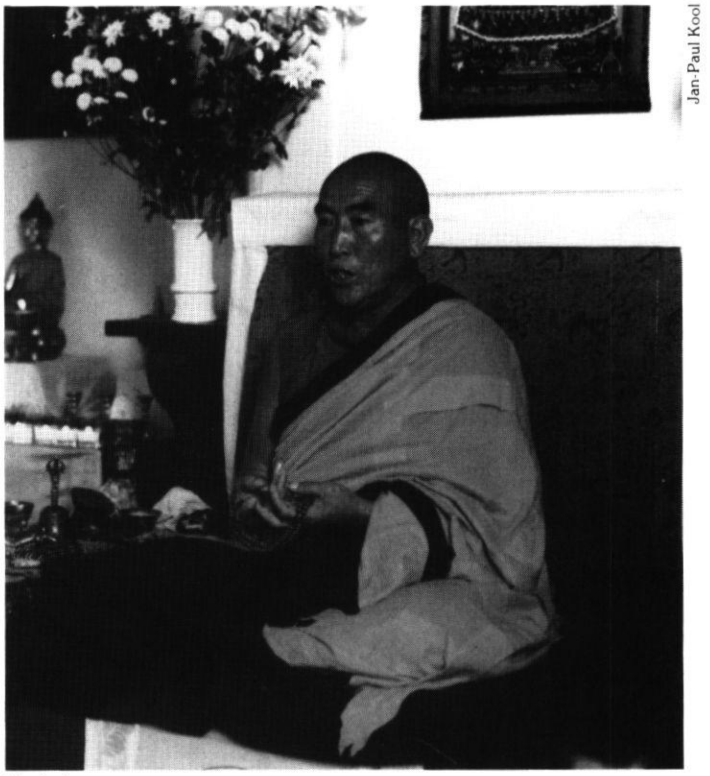
Deze tekst vormt al eeuwen lang de basis voor de studie van de Perfektie van Wijsheid (Tib.: Par.chin), in de grote Tibetaanse Kloosteruniversiteiten Drepung, Ganden en Sera. De Perfektie van Wijsheid Soetra's werden door de Boeddha onderwezen op de Gierenberg te Rajgir, tijdens de tweede cyclus van Dharma-onderricht (het tweede draaien van het Dharmawiel genoemd), en worden in het Mahayana boeddhisme als de voornaamste bron van de diepzinnige filosofische leerstellingen over "leegte" beschouwd. Door Geshela's vertaler Tenzin Lama in het Engels vertaald, zullen de lezingen die met geleide meditaties en diskussies tot een vol dagprogramma worden aangevuld, zeker inzicht verschaffen omtrent de veelbesproken staat van boeddhaschap.

KOSTEN: f 120,— vol pension (slaapzaalaccommodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 19 oktober om 20.00 uur in Emst
AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.

7 t/m 10 november
Woensdagmiddag t/m zaterdagochtend
NYUNG NÄ
VASTEN EN ZUIVERINGS RETRAITE
o.l.v. Gelong Thubten Lodrö

De Nederlandse monnik Thubten Lodrö zal ons leiden in een drie dagen durende zuiverings- en vastenretraite, waarin de mogelijkheid wordt geboden behalve de gewone fysieke reiniging vooral ook de geest te verschonen. U kunt kennis maken en meedoen aan deze bijzonder intensieve methode, waarmee negatieve of schadelijke indrukken, die ten grondslag ligen aan frustraties, neurosen en verschillende 'ongeneeslijke' ziekten met kracht uit de geest worden verwijderd. Tegelijkertijd wordt een enorme hoeveelheid positief potentieel opgebouwd. Deze retraite is toegankelijk voor iedereen die ten minste toevlucht heeft genomen. (Lees het artikel over Nyung Nä in MM nr. 2 jaargang 11.)

KOSTEN: f 75,— vol pension (slaapzaalaccommodatie).
AANVANG: Woensdagavond 20.00 uur in Emst
AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.



Jan-Paul Kool

Geshela

16 t/m 18 november
LEVEN EN LEER VAN SAKYAMOENIE BOEDDHA
Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP
Nederlandse vertaling: Gelong Thubten Tsépèl

Het geborgen leven van de Indiase prins Gautama Siddhartha, diens onvrede met het koninklijke leven van overvloed in het Rijk der Shakya's en zijn inspanningen om het doel van het bestaan te doorgronden, zullen door de Lama Geshe Konchog Lhundup aan de hand van Tibetaanse bronnen levendig worden gepresenteerd. Bovendien zal worden ingegaan op de Twaalf Grote Daden van Boeddha, die de Leer onderwijst voor het welzijn van alle wezens van de wereld.

Een weekend dus dat heel geschikt is voor boeddhisten om nog eens geïnspireerd te worden door het leven van de bijzondere Gids in wiens voetsporen wij wensen te treden en wiens Leer wij in praktijk proberen te beleven, maar tegelijkertijd een weekend dat zich bijzonder goed leent voor een vrijblijvende kennismaking met het studie- en meditatiecentrum van het Maitreya Instituut. De lezingen door de Tibetaanse Geshe, zullen worden afgewisseld met een paar basistechnieken voor meditatie, die U meteen wat doen ervaren van de praktijk van de heilzame levensleer van de historische Boeddha.

KOSTEN: f 120,— vol pension (slaapzaalaccommodatie).
AANVANG: Vrijdagavond 16 november om 20.00 uur in Emst
AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.

Lezingen Geshe Konchog Lhundup

9 oktober (dinsdagavond)
Isis Maät
Achterraamstraat 15A
Den Haag

ZES VOORBEREIDENDE OEFENINGEN VOOR MEDITATIE

Nederlandse vertaling
Entree: ƒ 10,—
Aanvang 20.00 uur

---

11 oktober (donderdagavond)
Centrum voor Spirituele Wegen
Oude Gracht 243 (Souterrain)
Utrecht

REÏNCARNATIE EN KARMA

Nederlandse vertaling
Entree: ƒ 18,75
Aanvang 19.30 uur

---

17 oktober (woensdagavond)
De Stroom
Enschotsestraat 240
Tilburg

THE ESSENCE OF LIFE

Engelse vertaling
Entree: ƒ 12,50
Aanvang 19.30 uur

---

30 oktober (dinsdagavond)
Isis Maät
Achterraamstraat 15A
Den Haag

SAMSARA EN LEEGTE

Nederlandse vertaling
Entree: ƒ 10,—
Aanvang 20.00 uur

---

1 november (donderdagavond)
Centrum voor Spirituele Wegen
Oude Gracht 243 (Souterrain)
Utrecht

DE VIER EDELE WAARHEDEN

Nederlandse vertaling
Entree: ƒ 18,75
Aanvang 19.30 uur

---

14 november (woensdagavond)
De Stroom
Enschotsestraat 240
Tilburg

IMPERMANENCE

Engelse vertaling
Entree: ƒ 12,50
Aanvang 19.30 uur

---

20 november (dinsdagavond)
Isis Maät
Achterraamstraat 15A
Den Haag

HET ONTWIKKELEN VAN KONCENTRATIE

Nederlandse vertaling
Entree: ƒ 10,—
Aanvang 20.00 uur

---

29 november (donderdagavond)
Centrum voor Spirituele Wegen
Oude Gracht 243 (Souterrain)
Utrecht

LIEFDE EN MEDEDOGEN

Nederlandse vertaling
Entree: ƒ 18,75
Aanvang 19.30 uur

---

11 december (dinsdagavond)
Isis Maät
Achterraamstraat 15A
Den Haag

MEDEDOGEN EN LIEFDE

Nederlandse vertaling
Entree: ƒ 10,—
Aanvang 20.00 uur

---

12 december (woensdagavond)
De Stroom
Enschotsestraat 240
Tilburg

REFUGE AND KARMA

Engelse vertaling
Entree: ƒ 12,50
Aanvang 19.30 uur

Andy Weber

Mandjoeshrie, Boeddha van Wijsheid